



### 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](mailto:contact@ecole-imf.fr)

Site internet : [www.ecole-imf.fr](http://www.ecole-imf.fr)

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

## PROGRAMME DE FORMATION CQPALS AGEE

(Art L 6353-1 Code du travail)

### Intitulé formation :

#### CQP ALS AGEE

Certificat de qualification professionnelle animateur de loisir sportif, reconnu au RNCP.

Formation certifiante, code RNCP38820

Organisme certificateur : Branche du sport OC SPORT

Date enregistrement certification : 27/03/2024

<https://www.francecompetences.fr/recherche/rncp/38820/>

### Objectifs /Compétences visées :

#### Bloc de compétences 2 épreuve 1 - Préparation et animation de cycles de séances d'initiation et d'apprentissage de loisir sportif dans le domaine des activités gymniques d'entretien et d'expression.

- **A.2.1** : Repérage des caractéristiques et des besoins des participants à une séance ou à un cycle de séances de loisir sportif dans le domaine des activités gymniques d'entretien et d'expression.
- **A.2.2** : Repérage des objectifs et des ressources de la structure proposant du loisir sportif dans le domaine des activités gymniques d'entretien et d'expression
- **A.2.3** : Élaboration d'un cycle de séances de loisir sportif dans le domaine des activités gymniques d'entretien et d'expression

#### Bloc de compétences 2 épreuve 2- Préparation et animation de cycles de séances d'initiation et d'apprentissage de loisir sportif dans le domaine des activités gymniques d'entretien et d'expression.

- **A.2.4** : Préparation et installation du matériel nécessaire à une séance de loisir sportif dans le domaine des activités gymniques d'entretien et d'expression
- **A.2.5** : Accueil des participants à une séance de loisir sportif dans le domaine des activités gymniques d'entretien et d'expression
- **A.2.6** : Animation d'une séance de loisir sportif dans le domaine des activités gymniques d'entretien et d'expression
- **A.2.7** : Mise en sécurité des participants et des tiers
- **A.2.8** : Réalisation d'une évaluation d'une séance et d'un cycle de séances de loisir sportif dans le domaine des activités gymniques d'entretien et d'expression

## **Bloc de compétences 4 : Organisation, information et communication autour de ses activités d'animation et d'encadrement physique et sportif**

- **A.4.1** : Information des publics et promotion des activités d'animation et d'encadrement physique et sportif
- **A.4.2** : Organisation de ses activités d'animation et d'encadrement physique et sportif
- **A.4.3** : Communication avec différents acteurs autour de ses activités d'animation et d'encadrement physique et sportif

## **Bloc de compétences 5 : Conduite de son parcours professionnel dans le domaine des activités physiques et sportives.**

- **A.5.1** : Recherche d'emploi et d'activités à animer dans le domaine des activités physiques et sportives
- **A.5.2** : Programmation d'actions de formation et de professionnalisation dans le domaine des activités physiques et sportives.

### **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 CPF ou un co-financeur (France Travail...).

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).

### **Prérequis :**

Pour accéder à la formation, il faudra être retenu **après avoir réussi un entretien de motivation et un test technique : suivi d'1h d'un cours de fitness comprenant : step débutant/initié, renforcement musculaire, et technique douce (stretching...)**

Le PSC (Premiers secours citoyen) est obligatoire pour accéder à cette formation.

L'apprenant doit également fournir un certificat médical attestant son aptitude à la pratique et à l'enseignement d'une activité sportive datant de moins d'un an.

Vous devez avoir des papiers d'identité en cours de validité : CNI ou Passeport ou Titre de séjour permettant de travailler.

Vous devez également respecter la condition d'honorabilité selon l'art L.212-9 du Code du Sport : avec un casier judiciaire ne comportant pas de condamnation vous empêchant d'être animateur de loisir sportif (bien vérifier les 3 volets de votre casier).

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 technique pour évaluer le niveau physique de l'apprenant et entretien pour évaluer sa motivation, et vérifier 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 :

Pour le diplôme CQP ALS il existe des équivalences par bloc

Les principales équivalences sont (nous contacter pour toute demande de précision ou de complément) :

INFOS A VENIR

### Employabilité et poursuites d'études :

A l'issu 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) :

- >BPJEPS Educateur sportif option A et/ou B
- >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 :

Cf calendrier joint.

La formation avec des heures de formation en organisme de formation et des heures de présences obligatoires en structure d'accueil, se déroulera **entre le 14/09/2026 et le 22/01/2027 (hors certifications) en présentiel.**

### Pour la partie formation :

Un total de 163 h réparties sur 3 à 5 jours par mois :

21 jours de formation au total sans compter le stage

- 1 bloc de 5 jours en semaine pour un total de 35 heures
- 5 blocs de 3 jours (vend-sam-dim) soit  $24h \times 5 = 120$  heures
- 1 bloc de 1 jour soit 8 heures

18 semaines au total. Rythme = 14h/sem en moyenne avec stage.

*Pour valider les 3 blocs de compétences du CQPALS vous devrez vous présenter pour plusieurs journées de certifications dans la période précisée sur le calendrier après la formation.*

Les horaires des cours prévus sont de 7h ou 8h/jour : 9h30 à 13h30 (*sous réserve de modifications*) et 14h00 à 18h30 (*sous réserve de modifications*).

### Pour la partie professionnelle :

80 heures minimum de stage en structure d'accueil, à répartir en accord avec votre responsable en dehors des heures de formation, **entre le 14/09/2026 et le 22/01/2027**

## 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 (50% restant).

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 remis aux 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 et pratique :

Elle se déroulera à l'IMF, 24 rue de Chazelles 75017 PARIS. Les apprenants seront dans une salle de cours théoriques comprenant 20 places assises, tables, paper-board, tableau effaçable, vidéoprojecteur, et une salle de fitness comprenant le matériel fitness nécessaire (bâtons, haltères, élastiques, step, sono, miroir).

Des supports papiers seront distribués.

Les formateurs intervenants sont (*sous réserve de modifications*) :

NOM	PRENOM	DIPLÔMES
CUNNINGHAM	Candice	>BP JEPS AGFF C et D >Mat Pilates 1
BEILLEAU	Aude	>BEMF >Les Mills >Pilates >Diététique
KERMANACH	Céline	>BEES métiers de la forme
ROUSSEL	Yohanna	>BP JEPS AF option A et option B >Coach à domicile, en entreprise et en club
ELKHAIAT	Adam	>BP JEPS AF option A et option B >Yoga - Pilates - TRX
LALOUE	Marion	>BP JEPS AGFF C et D >DE Danse Jazz >Pilates Mat 1 - Yoga - LesMills
MOROT	Laure	>Maitrise AES >DESS droit et gestion RH >Responsable formation Sport Santé
DUCLOS	Annabelle	>CQP ALS AGEE >Sport sur ordonnance >Danse

## Contenu

- Présentation du milieu professionnel, du secteur associatif, et du règlement des activités physiques et sportives (APS).
- Outils digitaux, réseaux sociaux et communication
- Présentation des familles d'activité: "renforcement", "cardio", "techniques douces" et "expression"
- Comment concevoir et animer une séance.
- Comment concevoir un projet d'animation dans sa structure.
- Caractéristiques des différents publics.
- Connaissances anatomiques et physiologiques.

## Modalités d'évaluation et suivi des apprenants pendant et à l'issue 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 EPMSP** (tests d'exigence préalable à la mise en situation pratique en cours collectifs sous la responsabilité du tuteur).
- >**Interrogations orales** tout au long de la formation pendant les cours
- >**Interrogations écrites** tout au long de la formation pendant les cours pour valider les compétences visées en milieu de formation
- >**Mises en situation pédagogiques** (situations individuelles et par groupe, préparation de séances, animation et analyse de séances)
- >**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 entreprise.
- >**Feuilles d'émargement** électroniques à signer par demi-journée par l'apprenant et par le formateur.

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

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

>**Certifications officielles** en fin de formation : Bloc 2, Bloc 4 et Bloc 5.

Pour les certifications finales par Bloc, 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 blocs de compétences validés

>Un diplôme de la fédération en fonction de la réussite aux certifications officielles.

### Indicateurs

Nombre d'apprenants lors de la dernière session terminée	18
Taux moyen de réussite à l'examen (sur 8 sessions depuis 2021)	91%
% moyen d'apprenants satisfaits de la formation (sur 8 sessions depuis 2021)	87%
% des apprenants estimant avoir atteint une note minimale de 7/10 sur les 10 objectifs de compétences attendues en fin de formation (sur 4 sessions depuis 2023)	88%

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

#### Responsable pédagogique :

Celine KERMANACH [celine.kermanach@ecole-imf.fr](mailto:celine.kermanach@ecole-imf.fr) 06.24.23.47.33

#### Coordinatrice

Yohanna ROUSSEL [yohanna.rousseau@ecole-imf.fr](mailto:yohanna.rousseau@ecole-imf.fr) 01.43.70.05.33

#### Référent certificateur

Salima ARRAULT [salima.arrault@fscf.asso.fr](mailto:salima.arrault@fscf.asso.fr)

#### Administratif :

Quentin ALLAIN-LAUNAY [quentin.allain-launay@ecole-imf.fr](mailto: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