

FORMATION « PERSONAL TRAINER » 100% E-LEARNING

FINALITÉ ET PUBLICS VISÉS

Ouvert aux futurs professionnels du monde francophone (futurs entraîneurs, coachs fitness, éducateurs sportifs) souhaitant se former depuis chez eux à leur rythme et sans contrainte de déplacement en présentiel en vue de développer une activité de Personal Training en validant un diplôme avec reconnaissance Européenne.

OBJECTIFS

Se perfectionner et diversifier ses connaissances pédagogiques afin de proposer un service de coaching de haut-niveau. Intégrer les dernières innovations et outils techniques afin de proposer des séances riches et variées. Bénéficier du savoir-faire «SWISSMADE» de FITSPRO leader de la formation fitness en francophonie !

CONDITION D'ADMISSION & PRÉ REQUIS

- Ouvert aux professionnels du fitness diplômés
- Si vous ne justifiez pas d'un diplôme dans la branche Fitness :

PACK PRÉPARATOIRE FITNESS

- MODULE THÉORIQUE (ANATOMIE PHYSIOLOGIE HUMAINE)
- MODULE & CERTIFICATION FITNESS TRAINER
- Durée : 90 heures réparties sur 2 mois
- Quiz et EXAMENS INCLUS

LES PLUS

- ▶ Formation concrète malgré le format digital
- ▶ Formation à 360° c'est à dire que vous allez autant avoir des modules théoriques en E-Learning pour comprendre les fondamentaux que des mises en situation vidéo pour confronter vos idées avec le marché.

▶ Ce programme fonctionne pour tous les professionnels qui veulent se lancer dans le coaching : à domicile, en outdoor, dans les clubs de fitness, dans les box CrossFit, dans les hôtels, sur internet...

▶ 3 niveaux de formules avec pour certaines un service premium (Pack support personnalisé, tutorat, bibliothèque de webinaires complémentaires, classeur & pack étudiant...). Vous êtes acteur de votre propre formation en disposant d'une plateforme E-learning et progresserez en toute autonomie pour voir et revoir tout le programme, télécharger les supports de cours et visionner des vidéos tutorielles pour aller plus loin et avancer à votre rythme dans l'apprentissage du métier de coach sportif.

TITRE

- Diplôme délivré par FITSPRO
- Diplôme validé par QUALITOP : faites reconnaître vos prestations par les assurances maladies !

En intégrant le listing des certifiés EREPS vous serez reconnu à votre juste valeur dans 32 pays européens et pourrez faire valoir votre titre auprès des clubs, des instances nationales et du public.



MÉTIERS & PERSPECTIVES PROFESSIONNELLES

Travailler à plein temps en secteur Fitness, Group training et coaching.



DURÉE

E-Learning :	65 heures
Répartition :	Sur 6-8 mois
Stage :	10 heures
Travail personnel :	165 heures

WEBINAIRES (OPTION)

4 heures

FORMALITES D'INSCRIPTION

Souscriptions dans les délais impartis à l'ouverture de chaque session.

Attention : nombre de places limité par session !

Ouverture des accès EL : à réception de l'acompte de réservation

EDUQUA



qualitop



LE PROGRAMME

• PACK PRÉPARATOIRE FITNESS

Mois 1 à 2

EXAMEN THÉORIQUE & ORAL

60 min sur site ou Online

• MODULE PERSONAL TRAINER

Mois 3 à 4

Modalités :

Plus de 65 heures d'études en ligne

8 piliers fondamentaux : 14 leçons + quiz de validation des acquis

Manuels d'accompagnement + fiches de synthèse récapitulatives

• MODULES OPTIONNELS

• PACKS 4 WEBINAIRES Q&A (Questions & Réponses)

Modalités :

60 min Online à dates fixes

• PACK SUPPORT PRIVÉ

Modalités :

180 min Online et privé avec un expert

CERTIFICATION

Modalités d'inscription en ligne à l'examen

Épreuve écrite :

Réalisée online – 60 mn (50 QCM)

Épreuve pratique & physique :

Vidéo à envoyer sous 3 semaines à l'issue de l'épreuve écrite

Nombre de rattrapages : 2

Pré requis obligatoires aux non diplômés Fitness

MODULE THÉORIQUE (ANATOMIE – PHYSIOLOGIE HUMAINE)

MODULE & CERTIFICATION FITNESS TRAINER

Durée : 90 heures d'études réparties sur 2 mois

- ▶ Pilier 1 Prise en charge client
- ▶ Pilier 2 Entraînement musculaire
- ▶ Pilier 3 Entraînement cardio-vasculaire
- ▶ Pilier 4 Petits matériel et entraînement fonctionnel
- ▶ Pilier 5 Pathologies et populations à risque
- ▶ Pilier 6 Mobilité – posture et assouplissements
- ▶ Pilier 7 Prise en charge & environnement
- ▶ Pilier 8 Préparation à l'examen FITSPRO

Objectifs

4 webinaires pour soutenir vos processus de révisions et vous permettre d'échanger avec nos formateurs durant votre formation :

- ▶ WEBINAIRE 1 – Méthodologies d'entraînement
- ▶ WEBINAIRE 2 – Prise en charge client & environnement
- ▶ WEBINAIRE 3 – Etudes de cas et pathologies
- ▶ WEBINAIRE 4 – Révisions et préparation aux examens



CHOISISSEZ VOTRE FORMULE

BASIC

- MODULE PERSONAL TRAINER
- Les 8 piliers
- Vidéos / Manuel Digital / Quiz
- + BONUS : Module Sport & Nutrition

ADVANTAGE



- MODULE PERSONAL TRAINER
- Les 8 piliers
- Vidéos / Manuel Digital / Quiz
- + BONUS : Module Sport & Nutrition
- + PACK 4 WEBINAIRES Q&A (4 heures)

PREMIUM

- MODULE PERSONAL TRAINER
- Les 8 piliers
- Vidéos / Manuel Digital / Quiz
- + BONUS : Module Sport & Nutrition
- + MANUEL IMPRIMÉ
- + PACK 4 WEBINAIRES Q&A (4 heures)
- + PACK SUPPORT : 3 heures d'accompagnement en privé par un expert

NOTRE FORMULE N° 1

INSCRIPTION EXAMEN ONLINE & VIDEO : CHF 200.- / 180 € + CERTIFICATION européenne EREPS EQF 4 INCLUDE

€/CHF 1'550.-

Acompte de réservation

€/CHF 1000.-

€/CHF 1'990.-

Acompte de réservation

€/CHF 1000.-

€/CHF 2'390.-

Acompte de réservation

€/CHF 1000.-

TARIFS PACKS COMPLÉMENTAIRES

- ▶ PACK 4 WEBINAIRES Q&A CHF 260.- / 245 €
- ▶ PACK PRÉPARATOIRE FITNESS CHF 1'500.- / 1'400 €
- ▶ PACK SUPPORT PERSONNALISÉ 3H CHF 450.- / 400 €

Contactez-nous

+41 22 779 10 62
admin@fitspro.com