

**FITS** PRO  
EDUCATION

F.F.P.A

**FORMATION FITNESS  
PROFESSIONNELLE  
EN ALTERNANCE  
2023**

EN PARTENARIAT AVEC

**LET'S GO**  
FITNESS

Intégrez un véritable cursus professionnel en alternance avec des opportunités directes et réelles d'emploi au sein du groupe Let's Go Fitness, plus grande chaîne de fitness de romandie.



Bénéficiez de l'expérience et des compétences reconnues de l'école de formation FITSPRO, la référence en Suisse romande.

Effectuez vos stages pratiques au sein des clubs du groupe Let's Go Fitness répartis dans les 6 cantons romands.



Plongez en immersion dans la vie d'un club de fitness et apprenez les différents aspects du métier encadré par des professionnels concentrés sur votre progression.

Progresser dans une entreprise fitness reconnue avec une vraie évolution de carrière.

**Devenez 100 % polyvalent !**



# EN ALTERNANCE, TU TE FORMERAS!

## QUE SIGNIFIE F.F.P.A ?

**F-ORMATION** : Un programme éducatif alternant cours de formation en école et stage en entreprise. Sa durée varie entre 18 et 36 mois selon la finalité recherchée :

- Obtention du Certificat de Branche Professionnelle - **18 mois**
- Préparation au Brevet Fédéral - **36 mois**

**F-ITNESS** : De nombreux domaines de compétences en relation avec le fitness seront abordés tout au long de la formation, avec des parties théoriques et pratiques.

**F-ROFESSIONNELLE** : Une formation reconnue de niveau 4 dans la grille de qualification professionnelle publiée par **OrTra Activité et Santé**.

**F-ALTERNANCE** : Un partenariat entre deux entreprises ; d'un côté l'organisme formateur FITSPRO et de l'autre votre club, l'employeur. Le pourcentage de temps de travail en entreprise de l'apprenant-e varie généralement entre 50 % et 100 %.

### PRÉREQUIS

- Tu as 18 ans révolus et tu maîtrises la langue française
- Tu as une bonne condition physique et psychique
- Tu connais le fitness et tu es pratiquant-e assidu-e

### CETTE FORMATION EST FAITE POUR TOI SI

- Tu es passionné-e de sport et de fitness
- Tu souhaites intégrer le groupe Let's Go Fitness
- Tu veux faire de ta passion un métier motivant et bien en vivre
- Tu souhaites devenir coach professionnel-le certifié-e et reconnu-e
- Tu te sens complètement concerné-e en lisant le descriptif de cette formation

Ainsi l'alternance permet de préparer l'accès à l'emploi dans les meilleures prédispositions. Dès lors, une forte motivation, un bon niveau de pratique ainsi qu'un excellent sens relationnel et du service client sont les critères exigés.

## POURQUOI UNE FORMATION FITNESS PROFESSIONNELLE EN ALTERNANCE EN SUISSE ROMANDE ?

La F.F.P.A a été conçue pour répondre à un besoin croissant de personnel qualifié en entreprises fitness et dans le secteur de la remise en forme en général. La formule de formation en alternance est une excellente opportunité d'intégrer professionnellement le secteur du fitness avec compétences et expérience, le tout en progression sur 18 ou 36 mois. Ainsi structuré, le cursus associe les parties éducatives fondamentales dispensées par l'école de formation FITSPRO, à un emploi rémunéré (70-100%) d'alternant dans les clubs de la chaîne Let's Go Fitness (tous cantons).

**Donnez-vous la possibilité d'atteindre des objectifs professionnels ambitieux en faisant du sport votre métier, c'est votre rêve qui peut s'accomplir !**

## COMMENT ÇA FONCTIONNE ?

La F.F.P.A peut se réaliser en 2 étapes :

**1 - Certificat de Branche Professionnelle (CBP)** avec une reconnaissance de la branche via la SVBO.

Formation sur une durée de 18 mois comprenant les modules suivants :



### CYCLE 1 / DURÉE 18 MOIS

#### ANNÉE 1

Module Préparatoire	1 jour
Module Théorique + E-Learning	4 jours + 65 heures
Fitness Trainer	11 jours
Group Trainer / LESMILLS™	11 jours
Examens Modulaires Basiques	2 jours
Formation 1 <sup>er</sup> secours	1/2 journée

#### ANNÉE 2

Coach Nutrition + E-Learning	4 jours + 65 heures
Personal Trainer + E-Learning	9 jours + 25 heures
Examens Modulaires Principaux	2 jours
Functional Trainer	2 jours
Fit Business	4 jours

**2 - Préparation au Brevet Fédéral d'Instructeur Fitness**, qui est un certificat de spécialiste. (Prérequis : être titulaire d'une maturité ou CFC ou diplôme équivalent validé par la Suisse.)

Formation sur une durée de 36 mois comprenant les modules suivants :

### CYCLE 2 / DURÉE 36 MOIS

#### ANNÉE 3

Sport Performance Trainer	6 jours
Révisions au Brevet Fédéral	5 jours
7 modules expert (E-Learning)	65 heures
2 week-ends du Spécialiste	4 jours
Examen Modulaire Optionnel	1 jour
Stage dans un club Let's Go Fitness	5 000 heures sur 3 ans

### TARIFS

Cycle 1	CHF 8'950.-
Cycle 2	CHF 12'950.-