

PERSONAL TRAINER
SESSION 2026-02
SESSION 2026-03
SESSION 2026-04
SESSION 2026-05

MODULE FITNESS TRAINING

ACCUEIL ONLINE (18h30 - 19h30)
6 WEBINAIRES ONLINE (18h30 - 20h)
E-LEARNING + 12 JOURS PRÉSENTIELS

14 AVRIL 2026 (LIVE ZOOM)
21.04 / 5.05 / 19.05 / 26.05 / 2.06 / 9.06
20-21 juin, du 27 juin au 4 juillet 2026
11-12 juillet 2026 *Summer*

30 JUIN 2026 (LIVE ZOOM)
07.07 / 21.07 / 04.08 / 11.08 / 18.08 / 25.08
5-6, 19-20, 26-27 septembre 2026
3-4, 10-11, 17-18 octobre 2026

25 AOÛT 2026 (LIVE ZOOM)
01.09 / 15.09 / 29.09 / 06.10 / 13.10 / 20.10
31 oct - 1 nov, 14-15, 21-22, 28-29 novembre 2026
5-6, 12-13 décembre 2026

17 NOVEMBRE 2026 (LIVE ZOOM)
24.11 / 08.12 / 22.12 / 29.12 / 05.01 / 12.01
23-24 janvier 2027
6-7, 13-14, 20-21, 27-28 février, 6-7 mars 2027


MODULE PERSONAL TRAINING

E-LEARNING + 10 JOURS PRÉSENTIELS
Examen **PERSONAL TRAINER** inclus

31 oct - 1 nov, 7-8, 14-15, 21-22 novembre 2026
19-20 DÉCEMBRE 2026

16-17, 23-24, 30-31 janvier, 6-7 février 2027
13-14 MARS 2027

20-21, 27-28 mars, 3-4, 10-11 avril 2027
8-9 MAI 2027

15-16, 22-23, 29-30 mai, 5-6 juin 2027
3-4 JUILLET 2027

GROUP FITNESS TRAINER
SESSION 2026-02
SESSION 2026-03
SESSION 2026-04
SESSION 2026-05

MODULE FITNESS TRAINING

ACCUEIL ONLINE (18h30 - 19h30)
6 WEBINAIRES ONLINE (18h30 - 20h)
E-LEARNING + 12 JOURS PRÉSENTIELS

14 AVRIL 2026 (LIVE ZOOM)
21.04 / 5.05 / 19.05 / 26.05 / 2.06 / 9.06
20-21 juin, du 27 juin au 4 juillet 2026
11-12 juillet 2026 *Summer*

30 JUIN 2026 (LIVE ZOOM)
07.07 / 21.07 / 04.08 / 11.08 / 18.08 / 25.08
5-6, 19-20, 26-27 septembre 2026
3-4, 10-11, 17-18 octobre 2026

25 AOÛT 2026 (LIVE ZOOM)
01.09 / 15.09 / 29.09 / 06.10 / 13.10 / 20.10
31 oct - 1 nov, 14-15, 21-22, 28-29 novembre 2026
5-6, 12-13 décembre 2026

17 NOVEMBRE 2026 (LIVE ZOOM)
24.11 / 08.12 / 22.12 / 29.12 / 05.01 / 12.01
23-24 janvier 2027
6-7, 13-14, 20-21, 27-28 février, 6-7 mars 2027


MODULE GROUP TRAINING

ONBOARDING + E-LEARNING
10 JOURS PRÉSENTIELS
Examen **GROUP TRAINER** inclus
+ 1 FORMATION INITIALE (FI) LES MILLS
(réservation après réussite de l'examen)

ONBOARDING : 24 OCTOBRE 2026
6-7, 20-21 février 2027
6-7, 20-21 mars 2027
3-4 AVRIL 2027

ONBOARDING : 24 OCTOBRE 2026
6-7, 20-21 février 2027
6-7, 20-21 mars 2027
3-4 AVRIL 2027

ONBOARDING : 24 OCTOBRE 2026
6-7, 20-21 février 2027
6-7, 20-21 mars 2027
3-4 AVRIL 2027

ONBOARDING : 9 JANVIER 2027
17-18 avril 2027
1-2, 15-16, 29-30 mai 2027
12-13 JUIN 2027

COMPLETE TRAINER
SESSION 2026-02
SESSION 2026-03
SESSION 2026-04
SESSION 2026-05

MODULE FITNESS TRAINING

ACCUEIL ONLINE (18h30 - 19h30)
6 WEBINAIRES ONLINE (18h30 - 20h)
E-LEARNING + 12 JOURS PRÉSENTIELS

14 AVRIL 2026 (LIVE ZOOM)
21.04 / 5.05 / 19.05 / 26.05 / 2.06 / 9.06
20-21 juin, du 27 juin au 4 juillet 2026
11-12 juillet 2026 *Summer*

30 JUIN 2026 (LIVE ZOOM)
07.07 / 21.07 / 04.08 / 11.08 / 18.08 / 25.08
5-6, 19-20, 26-27 septembre 2026
3-4, 10-11, 17-18 octobre 2026

25 AOÛT 2026 (LIVE ZOOM)
01.09 / 15.09 / 29.09 / 06.10 / 13.10 / 20.10
31 oct - 1 nov, 14-15, 21-22, 28-29 novembre 2026
5-6, 12-13 décembre 2026

17 NOVEMBRE 2026 (LIVE ZOOM)
24.11 / 08.12 / 22.12 / 29.12 / 05.01 / 12.01
23-24 janvier 2027
6-7, 13-14, 20-21, 27-28 février, 6-7 mars 2027


MODULE PERSONAL TRAINING

E-LEARNING + 10 JOURS PRÉSENTIELS
Examen **PERSONAL TRAINER** inclus

31 oct - 1 nov, 7-8, 14-15, 21-22 novembre 2026
19-20 DÉCEMBRE 2026

16-17, 23-24, 30-31 janvier, 6-7 février 2027
13-14 MARS 2027

20-21, 27-28 mars, 3-4, 10-11 avril 2027
8-9 MAI 2027

15-16, 22-23, 29-30 mai, 5-6 juin 2027
3-4 JUILLET 2027


MODULE GROUP TRAINING

ONBOARDING + E-LEARNING
10 JOURS PRÉSENTIELS
Examen **GROUP TRAINER** inclus
+ 1 FORMATION INITIALE (FI) LES MILLS
(réservation après réussite de l'examen)

ONBOARDING : 24 OCTOBRE 2026
6-7, 20-21 février 2027
6-7, 20-21 mars 2027
3-4 AVRIL 2027

ONBOARDING : 9 JANVIER 2027
17-18 avril 2027
1-2, 15-16, 29-30 mai 2027
12-13 JUIN 2027

ONBOARDING : 13 MARS 2027
Du 26 juin au 3 juillet 2027
14-15 AOÛT 2027 *Summer*

ONBOARDING : 12 JUIN 2027
11-12, 25-26 septembre 2027
9-10, 23-24 octobre 2027
6-7 NOVEMBRE 2027

PERSONAL TRAINER HYBRIDE



MODULE FITNESS TRAINING ONLINE

CONTENUS E-LEARNING

ACCUEIL ONLINE
SOUTIEN ONLINE PERMANENT PAR UN FORMATEUR RÉFÉRENT
BILANS TRIMESTRIELS ONLINE
+ 20H STAGES PÉDAGOGIQUES



MODULE PERSONAL TRAINING HYBRIDE

CONTENUS E-LEARNING

7 JOURS PRÉSENTIELS + 20H STAGES PÉDAGOGIQUES
Examen **PERSONAL TRAINER** inclus

SESSION 2026-H2

INSCRIPTIONS JUSQU'AU 31 AOÛT 2026
ACTIVATION LE 1 SEPTEMBRE 2026

ACTIVATION LE 1 MARS 2027
Du 21 au 25 juin 2027
19-20 JUILLET 2027

SESSION 2027-H1

INSCRIPTIONS JUSQU'AU 28 FÉVRIER 2027
ACTIVATION LE 1 MARS 2027

ACTIVATION LE 1 SEPTEMBRE 2026
Du 13 au 17 décembre 2027
JANVIER 2028

SPÉCIALITÉS

NUTRITION & SPORT - avec Alexandre

Un module pratique et concret de nutrition appliquée aux sportifs

S1/2027 : 20-21 février 2027
S2/2027 : 19-20 juin 2027
S3/2027 : 16-17 octobre 2027

PARCOURS CLIENT - avec Pierrick

Le triathlon du business : Communication - Acquisition - Rétention

S1/2027 : 20-21 mars 2027
S2/2027 : 30-31 octobre 2027

MOBILITÉ & MOTRICITÉ - avec Morgan

Comprendre le mouvement et favoriser une bonne mobilité

S1/2027 : 12-13 juin 2027
S2/2027 : 20-21 novembre 2027

TRAUMATOLOGIE & RÉATHLÉTISATION - avec David

Maîtriser les blessures et accompagner les clients en post-trauma

S1/2027 : 22-23 mai 2027
S2/2027 : 27-28 novembre 2027

PROGRAMMATION DE L'ENTRAÎNEMENT - avec Kévin

Deux journées pour optimiser la progression à long terme

S1/2027 : 24-25 avril 2027
S2/2027 : 11-12 décembre 2027

