CQP instructeur fitness option musculation et personal training

Certifiante | Formation continue

Réf. : 25174223F — Mise à jour : 10 août 2026

Organisme responsable : **ENCP**

Présentation de la formation

Objectifs

Identification des attentes et motivations :
Il est essentiel de comprendre ce qui motive les participants (santé, bien-être, performance) et leurs attentes spécifiques
valuation des besoins et caractéristiques :
Utiliser des outils d'évaluation pour déterminer le niveau de pratique, les caractéristiques morphologiques, afin d'élaborer des séances d'initiation ou de découverte pertinentes.
Organisation et ressources :
Prendre en compte les ressources disponibles pour concevoir des séances cohérentes
Construction et progression pédagogique :
Élaborer des séances progressives, en respectant une démarche pédagogique adaptée, notamment pour les publics en situation de handicap, en assurant une progression sécurisée et efficace.
Sécurité et évaluation :
Mettre en place des mesures de sécurité, expliquer et faire respecter les règles, et prévoir des modalités d'évaluation
Communication et accompagnement :
Informer clairement les participants sur les objectifs, le déroulement, adapter le discours pour garantir la compréhension, et communiquer pour assurer un bon déroulement.
Animation et conduite de séance :
Conduire la séance en respectant les fondamentaux techniques, en mobilisant différents groupes d'activités
Adaptation et ajustements :
Observer les comportements, ajuster les situations pédagogiques, proposer des modifications pour assurer une progression sécurisée et individuel
Gestion des règles et de la sécurité :
Rendre explicite les règles de sécurité, les faire respecter, et assurer une pratique sécurisée
Bilan et amélioration continue :
Réaliser un retour d'expérience pour identifier les points d'amélioration, ajuster les séances, et optimiser la qualité pédagogique.
Gestion commerciale et professionnelle dans le domaine du fitness :
Analyse de la structure et veille concurrentielle :
Identifier les forces, faiblesses, tendances du marché, et analyser la concurrence
Ciblage et prospection :
Définir les cibles clients, analyser leurs habitudes d'achat, attirer de nouveaux clients, en intégrant l'accessibilité pour les personnes en situation de handicap.
Fidélisation et satisfaction client :
Mettre en place des actions pour fidéliser la clientèle, proposer des services additionnels pour renforcer l'engagement.
Marketing et communication :
Utiliser des outils marketing adaptés, élaborer des campagnes promotionnelles pour favoriser l'acte d'achat.

Argumentation commerciale :

Présenter un argumentaire solide, questionner et répondre efficacement aux objections

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée	Niveau de sortie
Aucun prérequis	**Niveau CAP, BEP**

Liste des certifications

CQP instructeur fitness option musculation et personal training

Code RNCP : 40595

Métiers associés

G1204 — Éducation en activités sportives

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2361538S	Mixte	Rennes	19/10/2026	26/03/2027
2361540S	Mixte	Brest	12/10/2026	19/03/2027
2361542S	Mixte	Ploemeur	12/10/2026	19/03/2027

Source : GREF Bretagne #25174223F