



**BIOMEDAL**

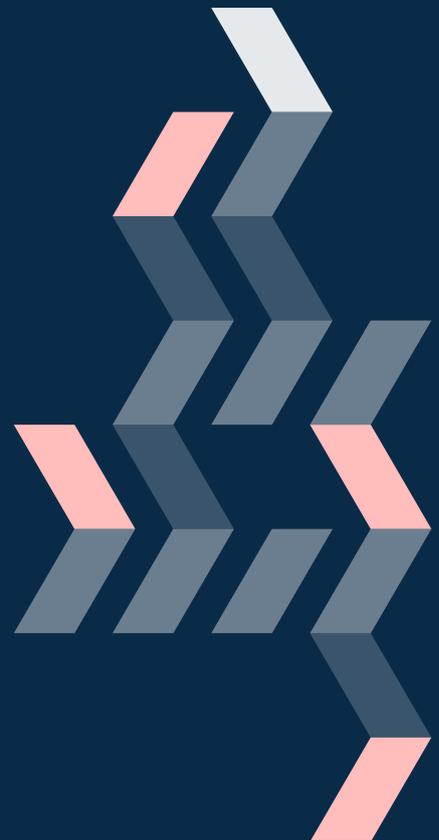
**2024-2025**

# **SE FORMER AUX MÉTIERS DU SPORT**

 **BESANÇON**

 **DIJON**

**BIOMEDAL\_OFFICIEL**





# Activités de la Forme

# BPJEPS AF

## PRÉSENTATION

Le BPJEPS Activités de la Forme permet au stagiaire (ou à l'alternant) d'accéder au métier **d'éducateur sportif**. Au sein d'une entreprise, ce professionnel encadre des activités afin d'entraîner un public diversifié dans le champ des Activités de la Forme. Il peut également exercer en tant que coach sportif, professeur de fitness, gérant de salle, préparateur physique etc.

## OBJECTIFS

A l'issue de la formation, le stagiaire (ou alternant) sera capable de :

- Construire un programme d'entraînement en prenant en compte le public,
- Faire évoluer la planification d'entraînements selon les progrès de chacun,
- Prendre en compte plusieurs facteurs afin de mettre en place un plan d'action adapté.

## POURSUITE D'ÉTUDES

À l'issue de la formation, le stagiaire (ou alternant) peut accéder aux formations suivantes :

- DEJEPS (Diplôme d'État de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport),
- DESJEPS (Diplôme d'État Supérieur de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport),
- Bachelor en Sport Santé Bien-être,
- Bachelor en Management, Communication et Business sportif.



**DURÉE** 12 MOIS

**LIEU DE FORMATION** BESANÇON DIJON

**RYTHME** EN INITIAL EN ALTERNANCE

### PRÉREQUIS

- Satisfaire aux Tests d'Exigences Préalables (TEP)
- Réussir les Tests de Sélection (TES)
- Être titulaire du PSC1 ou d'un titre équivalent (AFGSU, PSE1, PSE2, SST)

### DIPLÔME OBTENU

- **BPJEPS AF** - Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport - Mention Activités de la Forme

### OPTIONS POSSIBLES

- **Bi-option :**  
Cours collectifs *et*  
Haltérophilie, musculation
- **Mono-option A :**  
Cours collectifs
- **Mono-option B :**  
Haltérophilie, musculation

**TARIF** EN INITIAL

- **Financement personnel :**  
Mono-option (A ou B) : 5 900€  
Bi-option (A+B) : 6 900€
- **Financement aidé :**  
Scolarité : 9,15€ / heure

**TARIF** EN ALTERNANCE

- Mono-option (B) ou Bi-option (A+B) :  
**prise en charge par les OPCO**

*Hors 75€ de frais d'inscription aux tests de sélection (150€ pour deux options)*

## DÉROULEMENT

La formation de BPJEPS Activités de la Forme se déroule **sur 12 mois**. Le stagiaire (ou alternant) alterne entre périodes de cours théoriques et pratiques et périodes en entreprise avec des **stages conventionnés (formation initiale)** ou dans le cadre d'un **contrat d'apprentissage ou de professionnalisation (formation en alternance)**.



Passage des certifications UC1, UC2, UC3 et UC4 : **fin juin**  
Rattrapages : **juillet**.

- **Rythme mono-option** : 2 j/sem école - 3 j/sem entreprise
- **Rythme bi-option** : 3 j/sem école - 2 j/sem entreprise



### 01 Un cursus accéléré

Être diplômé d'une formation en un an vous permettra d'intégrer rapidement le monde du travail ou de compléter votre parcours professionnel avec d'autres formations.

### 02 Un profil polyvalent

L'obtention d'un BPJEPS AF en bi-option est un atout pour votre employabilité, en vous permettant de réaliser des coachings en haltérophilie, musculation et de dispenser des cours collectifs.

### 03 Une expérience diversifiée

Suivre le BPJEPS AF en bi-option vous permet d'être formé en entreprise et en centre sur les deux aspects des activités de la forme : Haltérophilie, Musculation et Cours collectifs.

## PROGRAMME

### Module 0 :

Exigences préalables à la mise en situation professionnelle (EPMS)

- Anatomie
- Physiologie
- Nutrition
- Sécurité et physiologie des APS
- Législation
- Hygiène et sécurité
- Biomécanique et anatomie fonctionnelle

### Module 1 : UC1 et UC2

Encadrer tout public dans tout lieu et structure et mettre en œuvre un projet d'animation s'inscrivant dans le projet de la structure

- Communication
- Fonctionnement d'une structure
- Mettre en œuvre un projet d'animation
- Promouvoir les projets et actions de la structure
- Produire des écrits professionnels

### Module 2 : UC3

Concevoir une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage

- Concevoir une séance
- Conduire une séance
- Évaluer une séance

### Module 3 : UC4a

Mobiliser les techniques de l'option « cours collectifs » pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage

- Relation musique/mouvement
- Pratique stretching/renforcement
- Pédagogie cours collectifs
- Pédagogie et techniques STEP et LIA
- Méthodes de récupération et LIA
- Pré-chorégraphie
- Renforcement musculaire
- Règlements et sécurité

### Module 4 : UC4b

Mobiliser les techniques de l'option « haltérophilie, musculation » pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage

- Crosstraining
- Activités de récupération
- Répertoire gestuel
- Conduite de séance
- Méthodologie de l'entraînement
- Culturisme, force athlétique
- Matériel de musculation et cardio
- Blessures
- Coaching personnel
- Haltérophilie : matériel et pratique
- Règlements de l'haltérophilie
- Pratique en sécurité

## INSCRIPTION



**01** Envoi du dossier de candidature

**ÉTUDE SOUS 7 JOURS**

**02** Réussite des Tests d'Exigences Préalables

**03** Réussite des Tests de Sélection

**04** Envoi du dossier d'inscription



Dates de la formation

Les documents relatifs à l'inscription sont listés ci-contre et sont à renvoyer aux adresses postales suivantes :

📍 **Besançon** : 7 Rue Andrey, 25000 Besançon

📍 **Dijon** : 3 Allée des Bateaux Lavois, 21000 Dijon

## FINANCEMENT

Plusieurs dispositifs existent afin de bénéficier d'une prise en charge de la formation. Voici la liste des plus courants, ainsi que certaines conditions à remplir pour prétendre à un financement :

- **CPF** (Compte Personnel de Formation)
- **AIF** (Aide Individuelle à la Formation via France Travail)
- **VAE** (Validation des Acquis)
- **Transition Pro CSP** (Contrat Sécurisation Professionnelle)
- **CRP** (Congé de Reclassement Professionnel)

Effectuer la formation **en alternance** (contrat d'apprentissage ou de professionnalisation) permet de bénéficier d'une formation **prise en charge** et d'une **expérience professionnelle rémunérée**.

## LES TESTS D'ENTRÉE

Les candidats sont sélectionnés à l'issue de tests qui ont lieu deux fois par an. Parmi eux, on retrouve :

- **Les Tests d'Exigences Préalables** obligatoires, imposés par le Ministère de la Jeunesse et des Sports dont les modalités sont détaillées ci-contre,
- **Les Tests de Sélection** obligatoires, spécifiques à BIOMEDAL comprenant un **test écrit** sous forme de QCM (connaissance du milieu, culture générale, anatomie, physiologie, pédagogie et exercices en salle) et un **entretien individuel** (présentation et échanges sur le parcours personnel).

- Un curriculum vitæ actualisé
- Une lettre de motivation d'entrée en formation
- 2 photos d'identité récentes
- Une copie de la carte d'identité ou du passeport
- Une copie du diplôme le plus élevé obtenu
- Une copie des trois derniers bulletins scolaires
- Une copie du/des diplôme(s) et/ou attestation(s) obtenu(s) ouvrant droit à une ou des équivalences
- L'attestation de réussite du PSC1 ou équivalence (AFGSU, SST, PSE1, PSE2)
- Un chèque de 75€ à l'ordre de BIOMEDAL pour couvrir les frais d'inscription aux tests d'une option (ou 150€ pour deux options)
- Un certificat de non contre-indication à la pratique du sport
- Un extrait de casier judiciaire N°3
- 10 timbres-poste tarif lettre prioritaire (vert)

BIOMEDAL est présent sur la plateforme nationale **Parcoursup**. Ainsi, il est possible de candidater directement sur l'interface dédiée.



		FEMME	HOMME
<b>TEST DE LUC LÉGER : COURSE À PIED</b>		Palier 7	Palier 9
<b>OPTION A</b>	<b>STEP</b>	🕒 20 minutes	
	<b>RENFORCEMENT MUSCULAIRE</b>	🕒 20 minutes	
	<b>ÉTIREMENTS</b>	🕒 10 minutes	
<b>OPTION B</b>	<b>SQUAT</b>	5 répétitions à 75% du PDC	6 répétitions à 110% du PDC
	<b>TRACTION</b>	1 répétition	6 répétitions
	<b>DÉVELOPPÉ COUCHÉ</b>	4 répétitions à 40% du PDC	6 répétitions à 80% du PDC

# Nos points FORTS



+ de **40**  
structures

font confiance à BIOMEDAL  
pour le recrutement de leur(s)  
apprenti(s) et stagiaire(s).

BIOMEDAL est un établissement d'enseignement supérieur privé basé à Besançon et Dijon **depuis plus de 20 ans**. L'école forme chaque année plus de **700 étudiants**, grâce à une pédagogie éprouvée et un suivi individualisé.



## Une formation reconnue

La formation donne accès à un diplôme reconnu par l'État de niveau 4 habilité par la DRAJES, Délégation Régionale Académique à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports.



## Une équipe de haut niveau

Coachs et éducateurs sportifs, intervenants professionnels et enseignants accompagnent les stagiaires tout au long de leur formation et jusqu'à obtention du diplôme.



## Un suivi individualisé

Chacun est accompagné dans la recherche d'une structure pour effectuer ses stages ou son alternance grâce à une méthode transposable à la recherche d'un emploi à l'issue de la formation.



## Des effectifs limités

Les effectifs à BIOMEDAL sont limités à **20 étudiants par option** par année afin de renforcer la proximité entre les stagiaires (ou alternants) et l'équipe de la formation.



## Des locaux équipés

Situés à proximité de salles de fitness pour les cours pratiques, les locaux de BIOMEDAL offrent un cadre de travail adapté avec plusieurs salles de classe et salles d'études.



## Des outils performants

BIOMEDAL est reconnu pour la qualité des outils pédagogiques destinés aux apprenants : Live learning, présentiel augmenté, plateforme en ligne, application mobile etc.



Promotion 2022-2023

**85%**

Des apprenants valident  
leur formation



**98%**

Des diplômés sont en emploi  
6 mois après la fin de la formation



**100%**

Des diplômés sont satisfaits  
de la formation dispensée





# BIOMEDAL



DIJON

BESANÇON



Référent  **BPJEPS AF**

**Léo DUVERNAY**

[l.duvernay@biomedal.fr](mailto:l.duvernay@biomedal.fr)

## Handicap

L'accueil et l'accompagnement des personnes en **situation de handicap** sont assurés. Un référent handicap est chargé de vous orienter, de vous informer, et de vous accompagner tout au long de vos démarches.

Mis à jour : 01/2024

 **BESANÇON**

**7 RUE ANDREY, 25000 BESANÇON**

 **DIJON**

**3 ALLÉE DES BATEAUX LAVOIRS, 21000 DIJON**

**03 81 82 10 50**

**INFO@BIOMEDAL.FR**

**WWW.BIOMEDAL-FORMATION.FR**

**BIOMEDAL\_OFFICIEL**



Ne pas jeter sur la voie publique