Certificat de Qualification Professionnelle Animateur Loisir Sportif
Option Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression (CQP ALS AGEE)

Dernière actualisation : 08/04/2025

RNCP 38820 (38820BC02 pour l'option AGEE)
Date d'enregistrement : 27 mars 2024 / Echéance de l'enregistrement : 27 mars 2028
Certificateur : organisme certificateur de la branche sport OC SPORT et CPNEF sport

Filière initiale

Lien et QR Code du CPF :
https://www.moncompteformation.gouv.fr/espace-prive/html/#/formation/recherche/351562690016_COMITE974%351562690016_Comite974?ContexteFormation=ACTIVITE_PROFESSIONNELLE

Le CQP ALS option Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression constitue la première étape de qualification professionnelle de la filière Activités Physiques pour Tous ou Activités de la Forme.

Il est la qualification professionnelle de base, socle de toutes nos formations fédérales complémentaires.

Le CQP ALS AGEE est classé au niveau 4 du Répertoire National des Certifications Professionnelles (RNCP).

Données de la saison 2024-2025 :

10 Nombre de candidats inscrits en formation.	90% Taux de présentation à l'examen (9 candidats sur 10) 89% Taux de réussite à l'examen (8 candidats sur 9)	80% Taux de satisfaction (8 candidats sur 10)

Modalités de la formation : format mixte (présentiel et distanciel)

Public : Toute personne voulant acquérir un premier niveau de qualification professionnelle dans les métiers de l'encadrement et de l'animation des activités physiques et sportives.

Accessibilité : Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à l'une de nos formations, faites-le nous savoir : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée.

Pré-requis :
- Etre âgé de 16 ans révolus à la date d'entrée en formation et disposer d'une autorisation délivrée par le responsable légal.
- Etre âgé de 18 ans minimum à la date du jury de certification.
- Être titulaire d'une pièce administrative justifiant de l'identité du candidat en cours de validité (original ou photocopie lisible recto/verso). ; Carte nationale d'identité française ou étrangère / Passeport français ou étranger / Permis de conduire français sécurisé délivré depuis le 16 septembre 2013 suivant le décret du 09 novembre 2011 / Carte de combattant délivrée par les autorités françaises / Carte d'identité ou carte de circulation délivrée par les autorités militaires françaises / Carte de séjour temporaire, carte de résident, certificat de résidence de ressortissant algérien, carte de ressortissant d'un État membre de l'Union européenne ou de l'Espace économique européen. Cas particulier d'un mineur : Pièce justificative d'identité du mineur ou de l'incapable majeur / Pièce justificative d'identité de son représentant (père ou mère disposant de l'autorité parentale + pièce d'identité de la personne désignée tuteur).
- Etre titulaire d'une attestation de premiers secours à l'entrée en formation « Prévention et Secours Civiques » (PSC) ou équivalent à cette attestation.
- Etre titulaire d'une attestation de réussite aux tests techniques préalables à l'entrée en formation spécifiques à l'option (validité de 4 mois) réalisés lors du positionnement.
- Présenter un certificat médical de non contre-indication à la pratique et à l'animation d'activités de loisir sportif de moins de 1 an à la date de l'entrée en positionnement. Certificat médical à télécharger via le lien suivant ou QR Code :
https://www.sport-sante.fr/medias/La%20R%C3%A0union/17%20Certificat%20M%C3%A0dical%20CQP%20ALS.pdf

Objectifs de la formation

L'objectif de la formation est de conduire l'apprenant vers la conception de projets d'animation, de préparer, d'animer et d'encadrer les séances d'activités physiques et sportives dont il aura la charge, en recherchant, le cas échéant, la progression des participants. Il interviendra également dans l'organisation et la promotion des activités qui lui sont confiées. Afin d'atteindre cet objectif, la formation CQP ALS option AGEE s'organise autour de 3 blocs de compétences :

- Bloc de compétences N°1 : Préparation et animation de cycles de séances de loisir sportif
- Bloc de compétences N°2 : Organisation, information et communication autour de ses activités d'animation et d'encadrement physique et sportif
- Bloc de compétences N°3 : Conduite de son parcours professionnel dans le domaine des activités physiques et sportives

Option : Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression (AGEE)
- Techniques cardio
- Renforcement musculaire
- Techniques douces
- Activités d'expression

Contenus de la formation

Bloc de compétences N°1 : Préparation et animation de cycles de séances de loisir sportif

- Repérer les caractéristiques et les besoins des participants en utilisant des outils d'évaluation.
- Repérer les objectifs et les ressources de la structure afin de définir les objectifs du cycle de séances.
- Elaborer un cycle de séances de loisir sportif dans le domaine des activités gymniques d'entretien et d'expression afin d'assurer la progression des participants en utilisant une grille de séance.
- Installer et préparer le matériel nécessaire à la séance d'activités gymniques d'entretien et d'expression afin d'assurer l'intégrité physique des différents publics.
- Accueillir les participants à une séance d'activités gymniques d'entretien et d'expression et adapter sa pédagogie en prenant en compte les besoins spécifiques du/des participants.
- Animer la séance d'activités gymniques d'entretien et d'expression en utilisant différentes familles d'activités (cardio-respiratoire, renforcement musculaire, techniques d'expression et techniques douces).
- Mettre en sécurité des pratiquants et des tiers afin de préserver leur intégrité physique tout au long de la séance.
- Réaliser le bilan de la séance d'activités gymniques d'entretien et d'expression en analysant son déroulement et en fixant des modifications et des ajustements.

Bloc de compétences N°2 : Organisation, information et communication autour de ses activités d'animation et d'encadrement physique et sportif

- Informer les publics et faire la promotion des activités d'animation, des évènements et de l'encadrement physique et sportif de la structure.
- Utiliser les outils digitaux pour communiquer avec les publics accueillis en veillant à véhiculer une image positive de la structure.
- Organiser les activités d'animation et l'encadrement physique et sportif.
- Communiquer et travailler en équipe au sein de la structure.

Bloc de compétences N°3 : Conduite de son parcours professionnel dans le domaine des activités physiques et sportives

- Repérer les opportunités d'emploi sportif sur un territoire en mobilisant différentes sources d'informations.
- Programmer des actions de formation et de professionnalisation en vue de développer son activité professionnelle.

Avant la formation : Un temps de positionnement sera proposé en amont de la formation.
Un questionnaire pré-formation vous sera adressé afin de faire le point sur vos connaissances et de permettre l'adaptation de la formation à vos besoins.

Direction et Formateurs

• Conseiller Référent Territorial FFEPGV, Sylvain ANCEAUME (Responsable de la formation) : Gère la partie administrative et financière du CQP / Gère les problèmes techniques.
• Directrice de Formation FFEPGV, Jacqueline BEAUMARCHAIS : Gère la formation CQP : contenus pédagogiques, e-learning / Suivi du tutorat / Alternance.
• Conseillère de Formation : Edina PELLIER : Intervient sur la formation CQP : contenus pédagogiques.

Outils de Formation

• Plateforme d'apprentissage à distance
https://www.digiforma.com/
• Application mobile « EPGV learning ».
• Supports de cours et ressources bibliographiques.
• Matériel pédagogique.

Moyens techniques et pédagogiques

La formation alterne des temps en centre de formation et des temps à distance via la plateforme d'apprentissage dédiée. Des activités interactives vont vous permettre de progresser de manière continue dans vos acquisitions théoriques et pratiques.
Des temps d'accompagnement collectifs et/ou individualisés à distance jalonneront le parcours de formation afin de vous accompagner à chacune des étapes de celui-ci.
Des classes virtuelles seront également proposées afin de vous apporter des contenus de formation mais également pour réaliser des points d'étapes et répondre à vos questions sur les contenus, sur l'alternance ou toute autre demande.
L'application EPGV Learning sur mobile vous permettra de réviser au sein de votre communauté d'apprenant l'ensemble des connaissances de la formation et de préparer au mieux votre certification.

Modalité de certification et de validation

Pour y accéder : Avoir suivi l'ensemble du cursus de formation défini lors du Plan Individuel de Formation (PIF).

Bloc de compétences N°1 : Préparation et animation de cycles de séances de loisir sportif - 1h10 en deux épreuves
Epreuves : Ecrit - Oral
Elaboration d'un cycle de 4 séances sur la base du terrain de stage.
Entretien individuel sur le cycle de séances (20 minutes maximum).
Epreuve : Animation de séance
Mise en situation d'animation d'une séance (30 minutes maximum).
Entretien individuel sur la séance (20 minutes maximum).

Bloc de compétences N°2 : Organisation, information et communication autour de ses activités d'animation et d'encadrement physique et sportif
Epreuves : Ecrit - Oral
Elaboration d'un écrit dans le cadre du stage.
Entretien oral (20 minutes maximum).

Bloc de compétences N°3 : Conduite de son parcours professionnel dans le domaine des activités physiques et sportives
Epreuves : Ecrit - Oral
Présentation d'un projet professionnel
Entretien oral (20 minutes maximum).

Adaptation du parcours

Possibilité de valider un ou des blocs de compétences, ainsi que des équivalences. Ces adaptations éventuelles se feront lors du positionnement.
L'acquisition du CQP ALS peut se faire par validation d'acquis d'expériences (VAE).

Diplôme remis : Diplôme de la CPNEF Sport :
Certificat de Qualification Professionnelle
Animateur Loisir Sportif option Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression.

Points forts

- Un accompagnement personnalisé tout au long du dispositif de formation.
- Une formation opérationnelle centrée sur la maîtrise des familles d'activités et la sécurité.
- De la flexibilité dans votre organisation grâce à la plateforme d'apprentissage.
- Des activités ludiques et interactives pour apprendre en s'amusant.
- Des points de situation avec un formateur pour mieux vous accompagner.
- Un accompagnement personnalisé dans votre projet professionnel.
- Une ouverture vers un réseau de structures associatives partout sur le territoire métropolitain et d'Outre-mer.

Pour aller plus loin : passerelles et évolutions professionnelles

Nous vous conseillons de suivre, après cette formation, une spécialisation dans les filières fédérales de la FFEPGV ou une autre certification d'état (BPJEPS) ou de la branche professionnelle sport (CQP ALS avec les options JGO ou ARPO).

Débouchés professionnels, bénéfice métier :

Animer des séances d'activités physiques tout public en face à face pédagogique.
Voici quelques exemples de métiers que vous pouvez exercer avec le CQP ALS AGEE :
- Animateur sportif en centre de vacances : Vous pouvez animer des activités gymniques d'entretien et d'expression pour les enfants et les adolescents.
- Animateur sportif en club de fitness : Vous pouvez encadrer des cours collectifs de gym douce, de Pilates, de yoga, etc.
- Animateur sportif en association sportive : Vous pouvez proposer des activités gymniques d'entretien et d'expression aux membres de l'association.
- Educateur sportif en milieu scolaire : Vous pouvez intervenir dans les écoles pour animer des ateliers gymniques.

Nombre de participants : 8 participants minimum et 20 participants maximum.

Date limite d'inscription : 12 août 2025.

Frais de formation : 2 700 €. Restauration à prévoir par chaque participant. Pas d'hébergement de prévu.

Durée et déroulé de la formation :

239h50 (formation en alternance) = Formation en centre : 112h / Formation en distanciel : 42h (contenus distanciels 28h + classes virtuelles 14h) / Formation en structure professionnelle : 80h / Evaluation, certification : 1h50

Détail des heures par bloc de compétences

Bloc de compétences N°1 : Préparation et animation de cycles de séances de loisir sportif = 70h en centre + 55h en situation professionnelle minimum
Bloc de compétences N°2 : Organisation, information et communication autour de ses activités d'animation = 21h en centre + 25h en situation professionnelle minimum
Bloc de compétences N°3 : Conduite de son parcours professionnel dans le domaine des activités physiques et sportives = 21h en centre minimum

Date(s), lieu(x) et volume horaire :

- Positionnement (5h) = mercredi 03/09/2025
- Classes virtuelles = N°1 (1h) 17/09/2025 / N°2 (1h) 23/10/2025 de 13h à 14h / N°3 et 4 (1h30) les 20 et 27/11/2025 de 13h à 14h30 / N°5 et 6 (1h30) les 18/12/2025 et 15/01/2026 de 13h à 14h30 / N°7 et 8 (1h30) les 26/02/2026 et 19/03/2026 de 13h à 14h30 / N°9 et 10 (1h30) les jeudis 23 et 30/04/2026 de 13h à 14h30.
- Temps distanciels : N°1 = entre le 18/09/2025 et le 03/10/2025 / N°2 = entre le 13/10/2025 et le 07/11/2025 / N°3 = entre le 16/11/2025 et le 05/12/2025 / N°4 = entre le 15/12/2025 et le 06/02/2026 / N°5 = entre le 15/02/2026 et le 10/04/2026 /
- Regroupements en présentiel = module 1 (28h) = 04-05-11-12/10/2025 / module 2 (21h) = 08-09 et 15/11/2025 / module 3 (21h) = 06-07 et 13/12/2025 / module 4 (21h) = 07-08 et 14/02/2026 / module 5 (21h) = 11-12 et 18/04/2026 /
- Alternance dans les clubs = entre le 13/10/2025 et le 18/04/2026.
- Certification (2h30) = entre le 04 et le 17/05/2026.
- Rattrapage = entre le 18 et 22/05/2026.

En fin de formation : Un questionnaire évaluation de la formation vous sera adressé. L'évaluation des compétences sera réalisée tout au long de la formation via des quiz, des mises en situation, et dossiers de soutenance pour les formations nécessitant l'avis d'un jury.

Renseignements et inscription

Coordonnées

Comité EPGV 974
Maison Régionale des Sports
1 rue Philibert Tsiranana
97490 SAINTE-CLOTILDE
06.92.57.31.18
sylvain.anceaume@comite-epgv.fr

Modalités d'inscription

FFiche d'inscription* (et autres pièces à fournir mentionnés sur la fiche d'inscription) à renvoyer à l'adresse mentionnée.

Fiche d'inscription disponible et téléchargeable sur notre site internet : https://www.sport-sante.fr/epgv-comite-departemental-la-reunion/formation/cqp-als-agee.html ou via notre QR Code ou sur demande par courriel.