



# Planning de parcours

CQP Instructeur Fitness Musculation Personal Trainer Volx 2025-2026

novembre 2025			décembre 2025			janvier 2026			février 2026			mars 2026			avril 2026			mai 2026		
sam.	1		lun.	1		jeu.	1		dim.	1		dim.	1	Formation	mer.	1		ven.	1	Formation
dim.	2		mar.	2		ven.	2		lun.	2		lun.	2		jeu.	2		sam.	2	Formation
lun.	3		mer.	3		sam.	3		mar.	3		mar.	3		ven.	3		dim.	3	Formation
mar.	4		jeu.	4		dim.	4		mer.	4		mer.	4		sam.	4		lun.	4	
mer.	5		ven.	5	Formation	lun.	5		jeu.	5		jeu.	5		dim.	5		mar.	5	
jeu.	6		sam.	6	Formation	mar.	6		ven.	6	Formation	ven.	6		lun.	6		mer.	6	
ven.	7	Formation	dim.	7	Formation	mer.	7		sam.	7	Formation	sam.	7		mar.	7		jeu.	7	
sam.	8	Formation	lun.	8		jeu.	8		dim.	8	Formation	dim.	8		mer.	8		ven.	8	
dim.	9	Formation	mar.	9		ven.	9	Formation	lun.	9		lun.	9		jeu.	9		sam.	9	
lun.	10		mer.	10		sam.	10	Formation	mar.	10		mar.	10		ven.	10	Formation	dim.	10	
mar.	11		jeu.	11		dim.	11	Formation	mer.	11		mer.	11		sam.	11	Formation	lun.	11	
mer.	12		ven.	12		lun.	12		jeu.	12		jeu.	12		dim.	12	Formation	mar.	12	
jeu.	13		sam.	13		mar.	13		ven.	13		ven.	13	Formation	lun.	13		mer.	13	
ven.	14		dim.	14		mer.	14		sam.	14		sam.	14	Formation	mar.	14		jeu.	14	
sam.	15		lun.	15		jeu.	15		dim.	15		dim.	15	Formation	mer.	15		ven.	15	Formation
dim.	16		mar.	16		ven.	16		lun.	16		lun.	16		jeu.	16		sam.	16	Formation
lun.	17		mer.	17		sam.	17		mar.	17		mar.	17		ven.	17		dim.	17	Formation
mar.	18		jeu.	18		dim.	18		mer.	18		mer.	18		sam.	18		lun.	18	
mer.	19		ven.	19	Formation	lun.	19		jeu.	19		jeu.	19		dim.	19		mar.	19	
jeu.	20		sam.	20	Formation	mar.	20		ven.	20		ven.	20		lun.	20		mer.	20	
ven.	21	Formation	dim.	21	Formation	mer.	21		sam.	21		sam.	21		mar.	21		jeu.	21	
sam.	22	Formation	lun.	22		jeu.	22		dim.	22		dim.	22		mer.	22		ven.	22	
dim.	23	Formation	mar.	23		ven.	23	Formation	lun.	23		lun.	23		jeu.	23		sam.	23	
lun.	24		mer.	24		sam.	24	Formation	mar.	24		mar.	24		ven.	24		dim.	24	
mar.	25		jeu.	25		dim.	25	Formation	mer.	25		mer.	25		sam.	25		lun.	25	
mer.	26		ven.	26		lun.	26		jeu.	26		jeu.	26		dim.	26		mar.	26	
jeu.	27		sam.	27		mar.	27		ven.	27	Formation	ven.	27	Formation	lun.	27		mer.	27	
ven.	28		dim.	28		mer.	28		sam.	28	Formation	sam.	28	Formation	mar.	28		jeu.	28	
sam.	29		lun.	29		jeu.	29					dim.	29	Formation	mer.	29		ven.	29	Formation
dim.	30		mar.	30		ven.	30					lun.	30		jeu.	30		sam.	30	
			mer.	31		sam.	31					mar.	31					dim.	31	

#### Organisation de la formation CQP IF MPT Volx - Novembre 2025

Lieu : Prépa-Sports, 285 rue du Docteur Aynaud, 13100 Aix en Provence

Cours : 280 heures de formation

Stage : 210 heures d'immersion professionnelle dans une ou plusieurs structures, en dehors des temps de cours