



Musculation
Personal
Trainer

CQP Instructeur Fitness

Dossier d'inscription aux exigences préalables à l'entrée en formation

Nom :
Nom d'épouse :
Prénom :
Date de naissance :
Ville et département de naissance :
Nationalité :
Profession :
Adresse permanente :
.....
.....
Code postal : Ville :
Téléphone : Portable :
Email (en Majuscule):@.....
Diplômes scolaires, universitaires :
Diplômes sportifs :

Photo
à
coller

Sollicite mon inscription aux exigences préalables à l'entrée du CQP IF Musculation Personal Trainer

- Vendredi 11 octobre 2024 – Lieu : CROSSFIT 1789 AIX EN PROVENCE
- Samedi 19 octobre 2024 - Lieu : GIANT FIT, VOLX
- Samedi 19 octobre 2024 - Lieu : MAES La Salle – ZA CANTONE – 20260 CALVI
- Vendredi 15 novembre 2024 – Lieu : CROSSFIT 1789 AIX EN PROVENCE

Je soussigné(e)

certifie sur l'honneur l'exactitude des renseignements fournis.

Fait à, le

Signature du candidat

Pièces justificatives à fournir

Les pièces doivent être impérativement jointes à la demande d'inscription aux exigences préalables à l'entrée en formation et aux tests de sélection

- Une photo à coller sur la première page de la demande d'inscription
 - Une photocopie recto verso de votre carte nationale d'identité
 - Une photocopie du diplôme PSC 1 ou équivalent
 - Un certificat médical de non contre-indication à la pratique et à l'enseignement des sports et du fitness, datant de moins d'un an à la date du test (certificat médical type ci-après)
 - Une attestation de responsabilité civile
 - Une attestation de droit (téléchargeable sur le site AMELI.fr)
 - Si nécessaire, la photocopie du document permettant la dispense des exigences préalables à l'entrée en formation : BEES, BPJEPS ou diplôme fédéral
 - Curriculum vitae
 - Lettre de motivation en lien avec le projet de formation souhaité
- Le règlement des tests : 30€ correspondant à des frais de gestion administratif non remboursable (paiement par chèque à l'ordre de Prépa-Sports, espèces ou via PayPal sur notre site internet)

Dossier complet à retourner à :

Par courrier à l'adresse :

ou

Par mail :

Prépa-Sports

285 rue du Docteur Aynaud
13 100 Aix en Provence
04 42 90 57 08

contact@prepa-sports.com

Une convocation vous sera adressée par mail 10 jours avant la date des tests

Tout dossier incomplet ou remis après la date de clôture ne sera pas pris en compte.

Date de clôture des inscriptions : Une semaine avant la date de test

Ne rien inscrire - Réservé à l'organisme de formation

Etat du dossier: Complet

Pièces manquantes :

Observations :

**Certificat médical de non contre-indication à la pratique et à l'enseignement
Du CQP IF Musculation Personal Trainer**

Je soussigné(e), Docteur

Demeurant à

Certifie avoir examiné

Mr, Mme, Mlle

Né(e) le

Taille

Poids

Demeurant

Et n'avoir pas constaté, à ce jour, de contre-indication médicale à la pratique et à l'enseignement du CQP IF Musculation Personal Training (force, endurance-force, endurance cardio-vasculaire, gymnastique, en tant qu'activité individuelle et collective).

Observations éventuelles :

.....
.....

Fait à Le

Signature et cachet du médecin

Epreuves pour lesquelles le certificat médical est requis :

Test physique :

- Squat : 100% du poids de corps pour les hommes, 40% du poids de corps pour les femmes (hanches à hauteurs des genoux, fémur parallèle au sol, mise en place d'un élastique avec le postérieur)
- Développé Couché : 80% du poids du corps pour les hommes, 40% du poids de corps pour les femmes (toucher poitrine sans rebond)
- Soulevé de terre : 80% poids de corps pour les hommes, 40% du poids de corps pour les femmes
- Fentes : 20kg pour les hommes, 10kg pour les femmes
- Epaulé-jeté : 20kg pour les hommes, 10kg pour les femmes

Evaluation de la technicité et des placements.