

Dossier d'Inscription 2026-2027 CQP Instructeur Fitness 2 options : MPT et/ ou Cours Collectifs

Introduction – Document à conserver

Vous trouverez au fur et à mesure des pages suivantes l'ensemble des éléments qui constituent le dossier d'inscription 2026-2027 pour le CQP Instructeur Fitness option Musculation et Personal Training et /ou Cours Collectifs.

Cette formation est accessible à **Castelsarrasin (82)**.

Merci de bien vouloir nous envoyer l'ensemble des documents demandés dans le dossier d'inscription à l'adresse mail suivante en précisant « dossier d'inscription CPQ IF + votre nom et prénom » :

contact@s-teamformations.fr

ou par voie postale à :

**S-Team Formations
13 Rue de la Méditerranée
ZI de Barres 1
82100 Castelsarrasin**

TRÈS IMPORTANT : tout dossier transmis hors délai ou incomplet ne sera pas pris en compte

Nous restons bien entendu à votre écoute pour toute question relative à votre inscription en CQP IF option Musculation et Personal Training et/ou Cours Collectifs avec S-Team Formations.

Dans l'attente de vous rencontrer prochainement, nous vous prions de croire en l'assurance de nos sentiments les meilleurs.

Sportivement,

S-TEAM FORMATIONS

Contacts S-Team Formations

Alice Lantourne-Berthe Directrice Générale Référente Handicap	Tiphaine Antonioli Assistante Administrative Coordonnatrice Pédagogique CQP IF Cours Collectifs	Gary Jourdia Coordonnateur Pédagogique CQP IF MPT
06.31.86.47.16 alice@s-teamformations.fr	06.82.16.57.51 tiphaïne@s-teamformations.fr	06.65.64.56.47 gary.jourdia@gmail.com

Dossier d'Inscription 2026-2027

CQP Instructeur Fitness

2 options : MPT et/ ou Cours Collectifs

DOCUMENTS À FOURNIR POUR L'INSCRIPTION

- ☐ Fiche de renseignements (page 3)
- ☐ Acte d'engagement & Autorisation droit à l'image (page 4)
- ☐ Si vous êtes français (e), une copie resto/verso de votre carte nationale d'identité **en cours de validité**
- ☐ Si vous êtes étranger (e), une copie de votre passeport ou de votre titre de séjour en cours de validité
- ☐ Un justificatif des premiers secours : photocopie AFPS, PSC1, AFGSU, SST en cours de validité (*Attention : l'initiation aux premiers secours faite au lycée ou à la Journée d'Appel ne donne pas l'équivalence du diplôme PSC1*)
- ☐ Un certificat médical de non contre-indication **à la pratique et à l'encadrement des activités physiques et sportives.**
(Utiliser uniquement le modèle joint à ce dossier en page 5)
- ☐ Une copie de votre attestation d'assurance en responsabilité civile en cours de validité (*à se procurer auprès de votre compagnie d'assurance habitation ou véhicule*)
- ☐ Une copie de votre attestation Ameli
- ☐ Avoir 18ans lors du jury de certification
- ☐ **Votre CV**
- ☐ **Une lettre de présentation** : celle-ci détaillera notamment votre parcours (scolaire, sportif, professionnel, éventuellement pédagogique dans le champ de l'animation ou du sport). Ce document servira de base à votre entretien avant d'entrer en formation
- ☐ Les copies de tous vos diplômes (BAFA, Baccalauréat, Licence STAPS, CQP ALS, BPJEPS, autres...)
- ☐ **A apporter sur place au moment de votre entretien individuel :**
 - 50 euros en chèque pour les frais d'inscription

Dossier d'Inscription 2026-2027

CQP Instructeur Fitness

2 options : MPT et/ ou Cours Collectifs

FICHE DE RENSEIGNEMENTS (à renvoyer)

Je souhaite me former au CPQ Instructeur Fitness (cocher la case correspondante)

Option : ☐ Musculation et Personal Training ☐ Cours Collectifs ☐ Double option

Coût de la formation :

Une option : 3 700 € de frais pédagogique + 50 € de frais de dossier

Double option : 5 900 € de frais pédagogique + 50 € de frais de dossier

Photo d'identité
OBLIGATOIRE
à coller ici avant
numérisation

Nom :
 Nom de jeune fille :
 Prénom :
 Date de naissance : Lieu de naissance :
 Numéro de dép^t de naissance :
 Nationalité :
 Adresse :
 Code postal : Ville
 N° Tél. portable :
 Adresse e-mail :
 Numéro de Sécurité Sociale :
 Régime : ☐ CPAM ☐ MSA

Niveau d'études ou de formation : diplômes acquis

☐ Brevet ☐ CAP ☐ BEP ☐ Baccalauréat ☐ BTS ☐ DUT
☐ Licence ☐ Maîtrise ☐ Master ☐ Doctorat ☐ Autres :

Diplômes sportifs obtenus : précisez la spécialité

☐ BAFA ☐ BAFD ☐ CQP ☐ BEES 1^{er} degré ☐ BPJEPS
☐ Autres :
☐ Spécialité sportive :

Situation au regard de l'emploi : en 2026, je suis

☐ Lycéen ☐ Etudiant ☐ Formation suivie :
☐ Salarié ☐ Employeur :
☐ Demandeur d'emploi ☐ Numéro identifiant :
☐ Sans emploi ☐ Autre :

Financement de la formation :

☐ France Travail ☐ CPF (Compte Personnel de Formation) ☐ Prêt
☐ Financement personnel. ☐ Autre (Précisez) :

Stage pendant le CQP :

Structure envisagée :

Nom et prénom du tuteur éventuel :

Rappel : le tuteur doit être

⇒ diplômé depuis au moins 2 ans

⇒ titulaire de sa carte professionnelle à jour

Dossier d'Inscription 2026-2027

CQP Instructeur Fitness

2 options : MPT et/ ou Cours Collectifs

ACTE D'ENGAGEMENT *(à renvoyer)*

Je, soussigné(e)....., déclare sur l'honneur que :

- pour le bon déroulement de ma formation et pour pouvoir exercer, je suis informé(e) que j'ai une **obligation d'honorabilité** et que je ne dois pas avoir fait l'objet d'une condamnation : mon casier judiciaire B2 doit être vierge.
- j'ai pris connaissance des conditions d'inscription liées à la formation,
- les renseignements fournis dans mon dossier d'inscription sont sincères et véritables, et je sollicite mon inscription à la formation du CQP Instructeur Fitness option MPT et/ou Cours Collectifs session n°4 2026-2027 organisée par S-Team Formations sur le site de Castelsarrasin

le

Signature du candidat :

AUTORISATION DE DROIT A L'IMAGE. *(à renvoyer)*

Je, soussigné(e), autorise S-Team Formations à utiliser toutes les images prises à titre individuel et collectif au cours des différentes activités proposées (tests d'entrée, stages sportifs, séquences de formation...) pour pouvoir les diffuser sur différents supports (photos, vidéos, site internet...). Cette autorisation sera valable durant tout le cycle de formation 2026-2027*

le

Signature du candidat :

* rayer en cas de refus d'autorisation

Dossier d'Inscription 2026-2027

CQP Instructeur Fitness

2 options : MPT et/ ou Cours Collectifs

TESTS de Sélection CQP IF MPT et/ou Cours Collectifs

Je soussigné(e) souhaite m'inscrire aux tests de sélection du CQP Instructeur Fitness option Musculation et Personal Training et/ou Cours Collectifs le :

Samedi 10 octobre 2026

Mercredi 21 octobre 2026

Les horaires seront définis en fonction du nombre de personnes inscrites sur les différentes dates. Une convocation vous sera envoyée par mail 72 heures avant la date.

Épreuve test de prérequis en Cours Collectifs :

Un suivi de cours collectifs d'une durée de 45 minutes comprenant 3 parties : 15 minutes cardiovasculaire, coordination et endurance (avec ou sans step), 15 minutes de renforcement musculaire avec barre et poids et 15 minutes de flexibilité et mobilité (stretching).

Épreuve test de prérequis en Musculation et Personal Training :

Épreuve de démonstration technique avec 8 répétitions sur les 5 mouvements.

- * Squat : 100% du poids du corps pour les hommes et 60% du poids du corps pour les femmes.
- * Fentes (4 à droite et 4 à gauche) : 30kgs pour les hommes et 20kgs pour les femmes.
- * Soulevé de terre : 80% du poids du corps pour les hommes et 40% du poids du corps pour les femmes.
- * Développé couché : 80% du poids du corps pour les hommes et 40% du poids du corps pour les femmes.
- * Développé militaire : 40% du poids du corps pour les hommes et 30% du poids du corps pour les femmes.

Dossier d'Inscription 2026-2027
CQP Instructeur Fitness
2 options : MPT et/ ou Cours Collectifs

Certificat Médical (à renvoyer)

Je soussigné(e) Docteur, certifie avoir examiné ce jour :

M ou Mme

Né(e) le/...../.....

Et n'avoir pas constaté, à la date de ce jour, de contre-indication médicale à **la pratique et à l'encadrement** des activités du fitness dans le cadre du CQP Instructeur Fitness option Musculation et Personal Training & Cours Collectifs.

Certificat établi à la demande de l'intéressé(e) pour faire valoir ce que de droit

Fait à :

Le :

Cachet et signature du médecin