

Document d'information
BPJEPS
Activités de la Forme (AF)
Option « Cours Collectifs » et/ou « Haltérophilie, Musculation »
Session 2024/2025

(Programme prévisionnel sous réserve d'habilitation par la DRAJES PACA)

Titre de la formation et références

BPJEPS AF Option « Cours Collectifs » et/ ou « Haltérophilie, Musculation » : Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport - Spécialité « Educateur Sportif » - Mention « Activités de la Forme » - Option « Cours collectifs » - Option « Haltérophilie, Musculation »

Diplôme enregistré au RNCP : RNCP37106

Date d'échéance de l'enregistrement RNCP : 08/11/2027

Certificateur : Ministère des sports et des jeux olympiques et paralympiques

Niveau de formation : 4 – Savoirs factuels et théoriques

Code certif Info : BPJEPS ES AF CC : 113878 - Code certif info BPJEPS ES AF HM : 90833

Code NSF : 335 (Animation sportive, culturelle et de loisirs)

Formacode : 15436 : Education sportive - 15454 : Activité physique et sportive - 15477 : Remise en forme

Code ROME : G1204 - Education en activités sportives

Textes de référence :

- Arrêté du 5 septembre 2016 portant création de la mention « activités de la Forme » du BPJEPS spécialité « éducateur sportif », ses annexes et ses modificatifs

Public visé

Profil : Homme ou femme, sportif, pratiquant les activités de la forme (cours collectifs et /ou haltérophilie, musculation) et souhaitant devenir éducateur sportif dans ce domaine d'activités. L'expérience pratique des activités de la forme (cours collectifs et /ou haltérophilie, musculation) est appréciée et nécessaire. Le projet de formation doit s'inscrire dans un projet professionnel axé sur l'utilisation et développement des activités de la forme.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Cette formation est accessible sur avis médical.

Les modalités d'accès peuvent être aménagées après accord de la DRAJES. Les conditions d'exercice du métier peuvent aussi être modifiées au regard du handicap.

Un dossier de demande d'aménagement pour les personnes en situation de handicap doit être complété et renvoyé à la DRAJES PACA.

En général, de nombreux handicaps sont « compatibles » avec le métier dès lors que l'éducateur/animateur est en capacité de gérer la sécurité des tiers et des publics dont il a la charge

Pour plus d'informations, contactez notre référent Handicap et consultez la page suivante :
<https://www.imsat.co/referent-handicap/>

Prérequis

Il s'agit des Exigences Préalables à l'entrée en formation définies dans l'annexe IV de l'arrêté du 5 septembre 2016 portant création de la mention « activités de la Forme » du BPJEPS spécialité « éducateur sportif ».

Le(la) candidat(e) doit :

- ✓ Être déclaré apte à la pratique et à l'enseignement des activités de la forme (cours collectifs et/ou haltérophilie, musculation)
- ✓ Être titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civique de niveau 1) ou équivalent en cours de validité (AFPS, SST, etc.)
- ✓ Satisfaire aux Tests d'Exigences Préalables (TEP) : cf. annexe 1 du présent programme (épreuves 1AB, 2A et 3B) : *Sont dispensés des tests préalables à l'entrée en formation les candidats ayant déjà satisfait aux Exigences Préalables à l'occasion de tests effectués dans les années précédentes, quel qu'en soit le lieu. Il existe des dispenses de TEP – Nous contacter.*

Conditions d'accès et délais

- ✓ Télécharger le dossier d'inscription sur le site de l'IMSAT :
<https://www.imsat.co/contact-imsat/>
- ✓ Rendre le dossier d'inscription dûment complété dans les délais imposés : planning spécifique
- ✓ Avoir participé à la Journée Défense et Citoyenneté (pour les français de moins de 25 ans)
- ✓ Disposer d'un financement : voir section correspondante
- ✓ Satisfaire aux prérequis et aux tests propres à l'organisme de formation cf. Annexe 1 du présent programme (épreuves 4 à 11).

Après étude de la validité des conditions d'accès, le candidat reçoit une notification d'admission ou de non-admission au plus tard 7 jours avant le début de la formation.

Equivalences

Les dispenses et équivalences sont définies dans l'annexe VI « Dispenses et équivalences » de l'arrêté du 5 septembre 2016 portant création de la mention « activités de la Forme » du BPJEPS spécialité « éducateur sportif » et sont mises à jour régulièrement par le ministère.

Si vous êtes déjà titulaire d'une certification dans le champ du sport (BPJEPS, CQP, brevet fédéral), ou êtes sportif de haut niveau en Haltérophilie, vous disposez peut-être d'une dispense de test(s) et/ ou obtenez de droit une (des) unités capitalisables (UC) correspondantes du BPJEPS AF.

Pour plus d'informations, contactez-nous.

Objectifs de la formation :

Conformément aux dispositions de l'article L 212-1 du code du sport, l'animation des activités de la forme nécessite la possession d'une certification professionnelle figurant à l'annexe II-1 de ce même code. Le brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport spécialité « éducateur sportif » mention « activités de la forme » permet de satisfaire à cette obligation de qualification.

Le titulaire du BPJEPS AF réalise l'encadrement autonome en toute sécurité des pratiques individuelles telle que le cardio-training, la musculation, associées à l'activité professionnelle de coaching, et l'animation des cours collectifs à dominante « aérobic » tels que le step, le low impact aérobic ou les cours à concept (Les Mills, Pilates, Zumba, ...). Les évolutions de la pratique des activités de la forme et la diversification des publics tendent vers une prise en compte particulière de la pratique « santé » et/ou un encadrement sous formes individualisées ou en petits groupes (en club, à domicile ou en plein air, cross fit, running, urban training).

1/ Compétences attendues à l'issue de la formation :

Deux compétences transversales à tous les BPJEPS :

UC1 : Encadrer tout public dans tout lieu et toute structure ;

- ✓ C1.1-Communiquer dans les situations de la vie professionnelle en adaptant la démarche et les outils aux singularités des interlocuteurs.
- ✓ C1.2-Prendre en compte les caractéristiques des publics dans leurs environnements dans une démarche d'éducation à la citoyenneté en favorisant la dimension collective et l'intégration de tous.
- ✓ C1.3-Contribuer au fonctionnement d'une structure en tenant compte des particularités de publics impliqués.

UC2 : Mettre en œuvre un projet d'animation s'inscrivant dans le projet de la structure ;

- ✓ C2.1-Concevoir un projet d'animation en tenant compte des particularités des publics impliqués.
- ✓ C2.2-Conduire un projet d'animation dans une perspective éducative et intégrative.
- ✓ C2.3-Evaluer un projet d'animation.

Une compétence transversale à la mention « Activités de la Forme »

UC3 : Conduire une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme.

- ✓ C3.1-Concevoir la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme en prenant en compte les caractéristiques physiques, motrices, sensorielles, cognitives et psychiques de tous les pratiquants.
- ✓ C3.2-Conduire la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme à partir des particularités des publics impliqués.
- ✓ C3.3-Evaluer la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme notamment au regard de la prise en compte des caractéristiques spécifiques et des besoins de chacun.

Une compétence spécifique à l'option Cours Collectifs (A)

UC4A : Mobiliser les techniques de l'option « Cours Collectifs » pour mettre en œuvre une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage

- ✓ C4A.1- Conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option « cours collectifs » en lien avec les singularités des pratiquants
- ✓ C4A.2- Maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option « cours collectifs » afin que chaque sportif évolue en sécurité
- ✓ C4A.3- Garantir des conditions de pratique en sécurité tout en impliquant les pratiquants dans la gestion de leur propre sécurité

Une compétence spécifique à l'option Haltérophilie, Musculation (B)

UC4 B : Mobiliser les techniques de l'option « Haltérophilie, Musculation » pour mettre en œuvre une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage

- ✓ C4B.1- Conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option « haltérophilie, musculation » en lien avec les singularités des pratiquants
- ✓ C4B.2- Maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option « haltérophilie, musculation » afin que chaque sportif évolue en sécurité
- ✓ C4B.3- Garantir des conditions de pratique en sécurité tout en impliquant les pratiquants dans la gestion de leur propre sécurité

2/ Suites de parcours et les débouchés :

Les activités s'exercent auprès de tout type de public et dans le cadre de structures diverses qui relèvent du secteur public (collectivités territoriales et établissements publics) ou du secteur privé (structures commerciales ou associations...), ainsi que du statut de travailleur indépendant : salles de remise en forme, structures touristiques, centres médicaux / paramédicaux, associations sportives, collectivités, comités d'entreprise, à domicile chez ses clients (ou dans des lieux publics). L'éducateur sportif peut aussi intervenir dans le secteur scolaire ou périscolaire.

Contenus de la formation :

Sont abordés en formation des apports théoriques, pratiques et méthodologiques tels que :

- ✓ La méthodologie du projet : conception, mise en œuvre et évaluation
- ✓ Les connaissances règlementaires et scientifiques : anatomie, biomécanique, physiologie, sciences de l'éducation, code du sport, etc.
- ✓ Dans l'option « Cours Collectifs », théorie des activités, pratique des activités, technique d'animation :
 - Dans les activités cardio-vasculaires (Step, LIA, Bike, etc.)
 - Dans les activités de renforcement musculaire
 - Dans les activités d'étirement musculaire
- ✓ Dans l'option « Haltérophilie, Musculation », théorie des activités, pratique des activités, technique d'animation.
 - Dans les activités d'haltérophilie (jusqu'au 1^{er} niveau de compétition fédérale)
 - Dans les activités de la musculation traditionnelle (machines, barres, haltères)
 - Dans les activités de cardio-training (ergomètres, etc.)
 - Dans les activités de récupération (étirements, relaxation...)
- ✓ Les adaptations aux dominantes de secteur : des notions de diététique, développement du projet professionnel, etc.

Suivi et modalités d'évaluation

1/ Suivi des stagiaires :

- ✓ Un responsable de formation est désigné pour l'action de formation. De plus il y a un référent pédagogique par domaine. Ce référent évalue les acquisitions des stagiaires tout au long de leur formation.
- ✓ Un référent est également en charge du suivi de l'alternance.
- ✓ Un référent pédagogique est identifié pour chaque stagiaire.
- ✓ Evaluation au cours du parcours
- ✓ Mesure de l'insertion professionnelle des sortants : Nous réalisons le suivi post formation selon les préconisations du ministère certificateur et du label qualité
- ✓ Mesure par l'OF de la satisfaction des stagiaires. Ces évaluations sont proposées à 2 reprises durant le cursus de formation (en milieu et en fin de formation)

- ✓ Préparation du stagiaire à son cursus post-formation : en fin de cursus nous proposons des modules spécifiques liés à la gestion du parcours professionnel (CV, lettre de motivation, présentation des aides à la création d'entreprise, etc.)
- ✓ Une assistante sociale et une psychologue du travail sont mises à disposition des stagiaires tout au long de leur cursus.

2/ Processus de certification :

Epreuve de certification EPMSP :

- ✓ Une épreuve pédagogique de 20 minutes suivie d'un entretien de 15 minutes (pour chaque option présentée)

Epreuve de certification des UC 1 et 2 :

- ✓ Rendu d'un document écrit selon les modalités définies par l'IMSAT
- ✓ Présentation orale d'une expérience de conception-mise en œuvre évaluation d'un projet avec support de présentation type PowerPoint
- ✓ Entretien de 40 min

Epreuve de certification de l'UC 3

- ✓ Activité support « Cours Collectifs » ou « Haltérophilie, Musculation » choisie par le candidat
- ✓ Rendu d'un document écrit selon les modalités définies par l'IMSAT
- ✓ Mise en situation professionnelle : conduite d'une séance d'animation de 30 à 60 minutes
- ✓ Entretien de 30 minutes

Epreuve de certification de l'UC 4A

- ✓ Démonstration technique : suivi d'un cours d'1h de niveau intermédiaire à confirmer (20' cardio+20'renfo+20'étirements)
- ✓ Tirage au sort d'un sujet suivi d'un temps de préparation et d'une mise en situation professionnelle (conduite d'une séance d'animation de 40 à 60 minutes pour au moins 6 personnes)
- ✓ Entretien de 15 à 20 minutes

Epreuve de certification de l'UC 4B

- ✓ Démonstration technique selon barème
- ✓ Tirage au sort d'un sujet suivi d'un temps de préparation et d'une mise en situation professionnelle (conduite d'une séance de 20 min en haltérophilie et 20 min en musculation, pour 1 à 2 personnes)
- ✓ Entretien de 15 à 20 minutes

Moyens et méthodes pédagogiques :

1/ Equipements et matériels :

- ✓ Nombreuses salles de cours chauffées et climatisées chacune équipée d'un tableau blanc et de nombreuses prises secteur. Des vidéoprojecteurs sont mis à disposition de l'ensemble de l'équipe de formation ainsi qu'une imprimante, copieur, scanner.
- ✓ Un centre de ressources avec une mise à disposition d'ouvrages plus ou moins spécialisés dans les thématiques de formation
- ✓ Un espace dédié aux stagiaires pour qu'ils se restaurent. Cet espace est équipé de micro-ondes, de tables et de chaises.
- ✓ Un compte Office 365 par stagiaire et la suite Office associée (un espace dématérialisé TEAMS - application office 365 - dédié à chaque session)

Equipements sportifs :

- ✓ 1 salle parquet de cours collectifs : lieu de pratique privilégié pour les stagiaires qui se forment à l'option « Cours Collectifs »
- ✓ 1 espace bike
- ✓ 1 salle de musculation équipée d'appareils guidés, de barres, d'haltères et d'un plateau cardio : lieu de pratique privilégié pour les stagiaires qui se forment à l'option « Haltérophilie, Musculation »
- ✓ 1 plateau d'haltérophilie équipé

2/ Sur le plan pédagogique :

Nous découpons les journées en périodes de 1h30 à 4h au cours desquelles sont explorés les différents domaines de compétences référencés dans les unités de formation. Celles-ci sont structurées de manière à développer des capacités transversales, en fonction de compétences et d'objectifs à atteindre. Ces niveaux sont régulièrement évalués afin d'entériner ou non la fiabilité et la validité des démarches pédagogiques employées ainsi que l'adéquation aux attentes individualisées des stagiaires et à leur parcours de formation.

Les séquences de formation s'organisent tantôt sous forme d'exposés, de travaux pratiques, de mises en situation professionnelles, ou encore d'analyse de pratique professionnelle.

En outre, tout au long de la formation le stagiaire intègre une structure d'alternance dans laquelle il est mis en situation professionnelle régulièrement. Nous mettons à disposition une liste de structures partenaires sur demande.

3/ Qualité des intervenants

Identité	Qualifications	Statut / Expérience en formation	Domaines d'intervention
Caroline JOBIN	*Master II « Ingénierie de la formation », 2010 *BEES Métiers de la Forme, 2006 *BEES Activités Gymniques, GAF, 2004 *Licence STAPS, Education et Motricité, 2003	* Salariée permanente IMSAT * Formatrice depuis 2006 * Responsable de formation BPJEPS AF	Les acquisitions transversales : *Sciences biologiques (anatomie, physiologie, etc.) *La réglementation Les activités de l'option « Cours Collectifs » : Théorie des activités, pratique des activités, technique d'animation. En charge du suivi de l'alternance
Moïse KANDE	* Bac L, 1998 * CQP ALS, 2014 * BPJEPS LTP, 2015	* Salarié permanent IMSAT	Les acquisitions transversales : *Sciences humaines (caractéristiques des publics, etc.) La méthodologie de projet *Conception, mise en œuvre et évaluation du projet *TP informatique : Word, Excel, Powerpoint...

Identité	Qualifications	Statut / Expérience en formation	Domaines d'intervention
Aurélié GAGO	*DEJEPS Développement de projets, territoires et réseaux, 2012 * Licence STAPS, 2008 *BEES Métiers de la Forme, 2005	* Salariée permanente IMSAT/ANIMSAT * Formatrice depuis 2012	Les activités de l'option « Cours Collectifs » : Théorie des activités, pratique des activités, technique d'animation. Référente des activités de « Cours collectifs » En charge du suivi de l'alternance en cours collectif
Solène DUFVET	*DEJEPS DPTR 2021 *BPJEPS AGFF Mention C, 2015 *BPJEPS APT, 2013 *BPJEPS AF, option B 2023	* Salariée permanente IMSAT *Formatrice depuis 2020	Les activités de l'option « Cours Collectifs » : Théorie des activités, pratique des activités, technique d'animation.
Léo CASALI	* BPJEPS AF option B « haltérophilie, musculation », 2018	* Salarié permanent IMSAT *Formateur depuis 2022	Les acquisitions transversales : *Sciences biologiques (anatomie, physiologie, etc.) * Théorie et pratique des activités transversales aux activités de la forme Les activités de l'option « Haltérophilie, Musculation » : Théorie des activités, pratique des activités, technique d'animation en MUSCULATION et PREPARATION PHYSIQUE
Aurélié MOREAU	*BEES Métiers de la Forme, 2007 *Pilates, MATWORK FONDAMENTAL *FIIT...	* Intervenante extérieure régulière * Formateur depuis 2020	Les activités de l'option « Haltérophilie, Musculation » : Théorie des activités, pratique des activités, technique d'animation en MUSCULATION TRADITIONNELLE et PREPARATION PHYSIQUE
Thomas CONSALES	* BPJEPS AF option B « haltérophilie, musculation », 2021 * Level 1 Trainer Crossfit, 2022	* Intervenant extérieur régulier * Formateur depuis 2022	Les activités de l'option « Haltérophilie, Musculation » : Théorie des activités, pratique des activités, technique d'animation en HALTEROPHILIE et PREPARATION PHYSIQUE
Camille BAUDRY	*Master II Sciences Po spécialité management de l'information stratégique *Master Cesemed business international *BPJEPS AGFF C et D	* Intervenante extérieure régulière * Formatrice depuis 2017	La méthodologie de projet *Conception, mise en œuvre et évaluation du projet *TP informatique : Word, Excel, Powerpoint...
Martine RANDON	*B.T.S. Diététique (Marseille) *Diplôme Universitaire de nutrition et micro nutrition	* Intervenante occasionnelle * Formatrice depuis 2016	Les adaptations aux dominantes de secteur : *Hygiène de vie *Equilibre alimentaire *Diététique du sportif

Durée de la formation et modalités d'organisation

1/ Lieu de la formation : IMSAT

Adresse Physique :
Campus de la grande Tourrache
Av. François Arago – ZI Toulon Est
83130 La Garde

Adresse Postale :
IMSAT
BP253
83078 Toulon Cedex 9

2/ Dates et volumes horaires

Les cursus de formation que nous proposons s'étendent de 9 à 12 mois. Ils proposent une alternance centre de formation / entreprise, adaptée au cœur de métier choisi. Ils prennent en compte les besoins et les attentes des structures d'accueil et intègrent différentes étapes au niveau de la progression dans les compétences repérées.

Cf. modalités d'organisation ci-dessous

3/ Nombre de stagiaires :

Chaque session de formation est habilitée pour un effectif de 8 à 20 stagiaires.

4/ Organisation de la formation : Cf. modalités d'organisation ci-dessous

5/ Individualisation de la formation :

A l'issue de la sélection, une information et des séquences individuelles de positionnement permettront de déterminer un parcours individualisé de formation. Ce parcours peut être adapté tout au long de la formation au regard des attentes et des besoins du bénéficiaire. Par défaut, le stagiaire doit suivre l'intégralité des heures de formation programmées.

Les UC (Unités Capitalisables) peuvent être validées indépendamment les unes des autres ou sous forme de bloc de compétences.

6/ Ruban Pédagogique

Sont repérées dans le planning spécifique à chaque parcours les périodes d'évaluation des unités capitalisables (UC) constitutives du BPJEPS AF.

Notre programmation prend en compte les besoins et les attentes des structures d'accueil et intègre différentes étapes au niveau de la progression dans les compétences repérées. La progressivité des apprentissages se traduit par l'augmentation des niveaux de difficulté et de complexité des tâches proposées et prend en compte les acquis liés à l'expérience professionnelle en entreprise.

✓ **Étape de formation 1**, EF-1 : elle vise en priorité des savoirs et des savoirs faire concernant tous les modules de formation. Elle poursuit également les objectifs liés à la prévention et à la sécurité et doit permettre de sensibiliser le stagiaire dans ces domaines, lors de toutes ses conduites professionnelles. Nous souhaitons également aborder certaines connaissances liées au fonctionnement des pratiquants qui nous semblent indispensables pour une meilleure mise en sécurité.

✓ **Étape de formation 2**, EF-2 : elle vise des savoirs des savoirs faire et des savoirs faire avec une prise en compte des spécificités des différents publics (caractéristiques, capacités, motivations...). Cette étape vise également à aborder les différents modules de formation de manière transversale. Il nous semble en effet prépondérant que les stagiaires puissent aborder l'animation pédagogique au regard du public concerné très tôt, afin d'être préparés au mieux, aux situations de communication et d'animation qui nous semblent les plus complexes ;

✓ **Étape de formation 3**, EF-3 : elle vise l'acquisition de savoirs, des savoirs faire et des savoirs faire faire, permettant l'analyse de contextes et de situations ainsi que la conception pédagogique à différents plans (projets séances, méthodes, démarches, outils...). Cette étape doit permettre d'approfondir les principaux contenus des différents modules et de développer certaines techniques spécifiques à l'animation et à l'encadrement des activités de la forme.

✓ **Étape de formation 4**, EF-4 : elle cible le perfectionnement et l'approfondissement des savoirs, des savoirs faire et des savoirs faire faire spécifiques aux activités de la forme. Elle permet aussi la découverte de nouvelles techniques adaptées au secteur d'activité et aborde la question de la gestion du parcours professionnel. Enfin, elle permet notamment une mise à niveau des savoirs et savoir-faire transversaux des stagiaires, indispensables pour leurs évolutions futures. Elle constitue la synthèse des différentes compétences abordées.

Par souci d'organisation, certains domaines demeurent cependant linéaires dans la programmation (mise en situations avec public réel, travail sur les techniques d'animation et d'entraînement) et sont abordés selon une fréquence quasi hebdomadaire.

Les 2 parcours de formation proposés à l'IMSAT

Prévisionnels, sous réserve de modifications et d'habilitation par la DRAJES

Les 2 parcours de formation proposés à l'IMSAT				
<i>Prévisionnels, sous réserve de modifications et d'habilitation par la DRAJES</i>				
Parcours	Apprentissage 1 Salles / Associations sportives		MCP (Marché Compétence Professionnelle – REGION SUD) (Stage sous convention)	
Dates TEP	Jeudi 29 août 2024		Jeudi 29 août 2024 Vendredi 13 septembre 2024	
Date TESTS IMSAT	2 au 6 septembre 2024		2 au 6 septembre 2024 ou 23 au 27 septembre 2024	
Date limite rendu dossier	23/08/2024		06/09/2024	
Option(s) présentée(s)	1 option (A ou B)	2 options (A+B)	1 option (A ou B)	2 options (A+B)
Date de Début / Fin	23/09/2024 - 19/09/2025		28/10/2024 - 04/07/2025	
Soit	12 mois		9 mois	
Nb heures au total	1820h		1175h	
Dont en OF IMSAT	600h	650h	600h	676h
Dont en ALTERNANCE	1220h	1170h	575h	499h
Planning	Annexe 2 du présent document		Annexe 3 du présent document	
Organisation de la formation et de l'alternance	<ul style="list-style-type: none"> ✓ En formation 2.5 jours par semaine (lundi et mercredi libérés) ✓ Alternance distribuée à raison de 19h / semaine en dehors du temps de formation (lundi journée, mercredi journée, samedi journée, soirées) ✓ + 11 semaines de stage massé à raison de 35h pendant les vacances scolaires (en dehors de la Toussaint) 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ En formation 4 jours par semaine ✓ Alternance distribuée à raison de 11h / semaine minimum, en dehors du temps de formation, du lundi au samedi de 8h à 21h ✓ 7 semaines de stage massé à raison de 35h en dehors des vacances scolaires 	
Interruption Formation	25 jours de congés payés à poser sur le temps d'alternance		Du 23/12/24 au 29/12/24 Du 01/05/25 au 04/05/25 Du 29/05/25 au 01/06/25	
Financement	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Contrat d'apprentissage ✓ Contrat de professionnalisation 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ MCP Région* => Prescription Missions Locales pour les -26 ans ou France Travail pour les +26 ans Ou CEDIS pour bénéficiaires RSA ✓ CPF / CPF TRANSITION ✓ Financement personnel 	

Coût de la formation

Aucun frais d'inscription à la formation ni aux tests de sélections (le cas échéant)

De nombreux moyens de financement sont possibles et l'IMSAT vous accompagne dans le choix du financement le plus adapté à votre profil.

Nos conditions générales de ventes sont téléchargeables sur notre site internet, consultez notre page dédiée <http://www.imsat.co/finance-ta-formation/> ou contactez-nous sur contact@imsat.fr

Diplôme		BPJEPS Activités de la Forme
Moyens de financement possibles		Coût pour le stagiaire
Contrat d'apprentissage	OUI	GRATUIT
Contrat de professionnalisation	OUI	GRATUIT
France Travail	OUI	GRATUIT* <i>*Si prise en charge totale : en cas de prise en charge partielle, le reste à charge peut être payé en financement personnel</i>
Région SUD et cofinancement UE*	OUI	GRATUIT* <i>*Si prise en charge totale *Sous réserve d'éligibilité (voir avec les services publics de l'emploi)</i>
CPF	OUI	GRATUIT* <i>*Si prise en charge totale : en cas de prise en charge partielle, le reste à charge peut être payé en financement personnel</i>
Financement personnel	OUI	1 option : 4800 €* - 2 options : 5408 €* <i>*Tarif maximal modulable selon le volume horaire et l'expérience de chaque candidat.</i>

*Cette formation peut faire l'objet d'un co-financement Région SUD et Union Européenne



Valeur ajoutée et indicateurs de résultat

La valeur ajoutée de l'IMSAT

L'IMSAT s'inscrit dans une dynamique déontologique de la formation et de l'accompagnement en partageant les valeurs altruistes et collectives du sport et de l'animation, avec :

- ✓ Une équipe de formateurs professionnels et expérimentés
- ✓ Des infrastructures qualitatives
- ✓ Un réseau partenarial conséquent
- ✓ Une gratuité des frais d'inscription et de sélections
- ✓ Un dispositif gratuit accessible sous conditions
 - d'accompagnement à la **recherche de stage ou d'employeur**, rdv sur <https://www.imsat.co/atelier-booste-ton-alternance/>
 - de **préparation et d'accompagnement à l'orientation et aux sélections**, rdv sur <https://www.imsat.co/prepasat/>
- ✓ Un suivi et un accompagnement individualisé des stagiaires

Les indicateurs de résultat :

Indicateur	Source et définition de l'indicateur	Chiffre et Pourcentage
Toutes catégories d'actions de formation confondues pour le diplôme concerné		
Nombres d'entrants Session(s) 2022/2023	Nombres d'apprenants entrés en formation sur la session indiquée	68
Taux de satisfaction Session(s) 2022/2023	Issue du questionnaire de fin de formation – % de stagiaires ayant déclaré être « satisfait » ou « très satisfait »	98.7 %
Taux de réussite Session(s) 2022/2023	Nb de diplômés / nb de candidats présentés aux certifications	78.9 %
Taux d'abandon Session(s) 2022/2023	Nb abandons / nb de stagiaires entrants	15.8 %
Taux de poursuite d'étude Session(s) 2021/2022	A + 6 mois, nb de stagiaires en poursuite d'étude / nb de stagiaires qualifiés ayant répondu au questionnaire	17 %
Taux global d'insertion professionnelle Session(s) 2021/2022	A + 6 mois, nb de stagiaires en emploi / nb de stagiaires qualifiés ayant répondu au questionnaire	75.4 %
Taux spécifique d'insertion professionnelle Session(s) 2021/2022	A + 6 mois, nb de stagiaires en emploi dans les métiers visés par la formation / nb de stagiaires qualifiés ayant répondu au questionnaire	80 %
Spécifiquement sur les actions de formation en apprentissage pour le diplôme concerné		
Taux de rupture de contrats d'apprentissage Session(s) 2022/2023	Nb entrants / nb ruptures de contrats d'apprentissage	12.5 %

Renseignements complémentaires & Contacts

Vous souhaitez...

 ... Participer à l'une de nos **réunions d'information** collectives et **visiter** le site



... être **accompagner** dans la **recherche** de **stage** ou d'**employeur**



... Vous **préparer aux tests** de sélections et à la **formation**



... Recevoir un **dossier d'inscription**



... Nous poser une **question**

Consulter www.imsat.co Ou écrivez-vous sur contact@imsat.fr

Contact(s) :

- ✓ Aurélie GAGO : a.gago@upv.org
- ✓ Emma BONNEMORT : e.bonnemort@upv.org - 06 99 11 66 47
- ✓ IMSAT - contact@imsat.fr - 04 94 75 24 15

Date de mise à jour du présent document d'information : 19 mars 2024

Document d'information - BPJEPS AF ANNEXE 1 Les tests de sélection en détail

Version 29/02/24

La sélection s'opérera en deux temps :

1 – Vérification des Exigences Préalables à l'entrée en formation

(Cf. annexe IV de l'arrêté du 5 septembre 2016 portant création de la mention « activités de la Forme » du BPJEPS spécialité « éducateur/trice sportif(ve) »)

Ce sont les tests dits « Nationaux ». (Renseignez-vous sur www.imsat.co/tests-de-selection-tep-bpjeeps-af/)

- **Quelle(s) que soit(ent) l'(les) option(s) choisie(s)**
 - Test d'endurance (Épreuve 1AB)
- **Pour les candidats postulant à l'option « Cours Collectifs » (A) :**
 - Test Fitness (Épreuve 2A)
- **Pour les candidats postulant à l'option « Haltérophilie, Musculation » (B) :**
 - Test de musculation (Épreuve 3B)

Et uniquement pour les candidats ayant satisfait aux Exigences Préalables et souhaitant être formés à l'IMSAT :

2 - Tests de sélection propres à l'organisme de formation IMSAT

(Obligatoire pour les candidats postulants à l'IMSAT – Sous réserve d'habilitation)

- **Pour les candidats postulant à l'option « Cours Collectifs » (A) :**
 - Présentation d'une création personnelle (Épreuve 4A)
 - Animation d'une séquence pédagogique en cours collectifs (Épreuve 5A)
 - Suivi d'un cours collectif chorégraphié (Épreuve 6A)
- **Pour les candidats postulant à l'option « Haltérophilie, Musculation » (B) :**
 - Test de performance et démonstration technique en haltérophilie et musculation (Épreuve 7B)
 - Suivi et animation d'une épreuve type circuit training (Épreuve 8B)
- **Pour tous les candidats au BPJEPS Activités de la Forme, (quelle(s) que soit(ent) l'(les) option(s) présentée(s)),**
Épreuves communes aux options « Cours Collectifs » et « Haltérophilie, Musculation » :
 - Oral collectif (Épreuve 9AB)
 - Épreuve écrite (Épreuve 10AB)
 - Entretien de motivation (Épreuve 11AB)

Les tests de sélection en détail

1. Vérification des Exigences préalables à l'entrée en formation

Cf. Arrêté du 5 septembre 2016 portant création de la mention « activités de la forme » du brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport spécialité « éducateur sportif » et ses annexes - NOR : VJSF1624904A

Le niveau d'exigences préalables à l'entrée en formation sera vérifié sous la responsabilité du Directeur Régional de la Jeunesse et des Sports par l'expert désigné.

Attention les 3 épreuves suivantes (1AB, 2A et 3B) sont éliminatoires

Les modalités opérationnelles et référentiels techniques des épreuves sont les suivants :

Epreuve n°1AB : Luc Leger

TEP (Tests nationaux)
 Option A Option B

Le candidat effectuera **une épreuve de course navette** :

Le test "Luc Léger" (palier d'une minute, version 1998).

Description du test de Luc Léger :

Le test Luc Léger est une course navette qui se déroule entre deux lignes parallèles distantes de 20 mètres. Réglée par des signaux sonores, la vitesse de course augmente progressivement : elle est de 8 km/h pendant les deux premières minutes, ensuite, elle augmente de 0,5 km/h par minute. A l'exception du premier palier qui dure deux minutes, chaque palier correspond à une minute de course.

Barème de l'épreuve du test Luc Léger :

Pour être **admissible** aux exigences préalables à l'entrée en formation, les **femmes** doivent atteindre le **palier 7 (réalisé) soit le palier 8 annoncé**, les **hommes** le **palier 9 (réalisé) soit le palier 10 annoncé**.

EPREUVE 2A : Suivi d'un cours collectif

TEP (Tests nationaux)
 Option A

Niveau de cours : débutant à moyen.

Modalités : suivi de cours collectif en musique :

- ✓ 10' d'échauffement
- ✓ 20' de cours de STEP à un rythme de 128 à 132 bpm
- ✓ 20' de cours de renforcement musculaire (prévoir une serviette)
- ✓ 10' de retour au calme

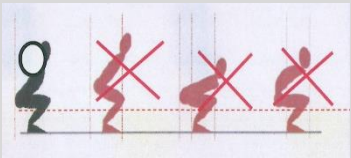
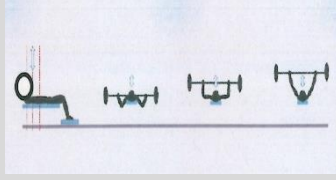
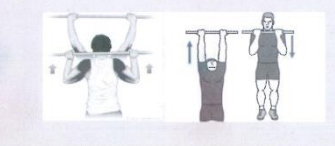
Critères d'évaluation :

- ✓ Exactitude de la reproduction avec modèle en début de cours :
 - Maîtrise des éléments techniques (reproduction conforme de l'exercice démontré)
 - Placement corporel (placement conforme aux indications verbales ou gestuelles de l'animateur, recherche d'amélioration de sa réponse en fonction des indications de l'animateur)
 - Relation musique / mouvement (relation mouvement / pulsation et recherche d'amélioration de sa réponse, le candidat se recale).
- ✓ Reproduction finale sans modèle (ni démonstration, ni consigne verbale ou gestuelle)

EPREUVE 3B : Test de musculation

TEP (Tests nationaux)
 Option B

Le candidat réalise une épreuve de démonstration technique composée des exercices* figurant dans le tableau suivant :

Exercices		SQUAT	DEVELOPPÉ COUCHÉ	TRACTION en pronation ou en supination
Femmes	Répétions	5 répétitions	4 répétitions	1 répétition
	Pourcentage	75 % poids du corps	40 % poids du corps	Menton > barre nuque barre Prise de main au choix : pronation ou supination
Hommes	Répétions	6 répétitions	6 répétitions	6 répétitions
	Pourcentage	110 % poids du corps	80 % du poids du corps	Menton > barre nuque barre Prise de main au choix : pronation ou supination
Critères de réussite		<ul style="list-style-type: none"> - Exécuter le nombre requis de mouvement - Alignement tête-dos-fessiers - Dos droit et naturellement cambré sans hyperlordose excessive - Hanche à hauteur des genoux - Tête droite et regard à l'horizontal - Pieds à plat 	<ul style="list-style-type: none"> - Exécuter le nombre requis de mouvement - Barre en contact de la poitrine sans rebond - Alignement tête-dos-cuisses - Fléchissement des genoux pour préserver un dos droit en contact avec le banc - Axe du couloir de la barre entre la partie supérieure de la poitrine et la ligne inférieure des épaules - Les bras sans hyper extension doivent être tendus et marquer un temps d'arrêt franc au sommet sous peine d'annulation du mouvement 	<ul style="list-style-type: none"> - Exécuter le nombre requis de mouvement - Si prise en <u>pronation</u> amener la barre au contact de la nuque ou sous le menton à chaque mouvement - Si prise en <u>supination</u> amener la barre en dessous du menton à chaque mouvement 

* 10 minutes de récupération minimum entre chaque exercice.

2 - Tests de sélection propres à l'organisme de formation IMSAT

(Obligatoire pour les candidats postulants à l'IMSAT – Sous réserve d'habilitation)

A noter, aucune des épreuves suivantes (4A à 11AB) n'est éliminatoire

→ Pour les candidats postulant à l'option « Cours Collectifs » (A) :

- Présentation d'une création personnelle (Épreuve 4A)
- Mise en situation pédagogique en cours collectifs (Épreuve 5A)
- Suivi d'un cours cardio de niveau intermédiaire (Epreuve 6A)

EPREUVE 4A : Présentation d'une création personnelle

Tests IMSAT
 Option A

Le candidat doit présenter une chorégraphie de 1'30" à 2' dans une technique de type aérobic (Hilow, LIA, Step) pour partie (50% minimum) et dans une autre technique de son choix le cas échéant (NB : la démonstration d'une autre technique n'est pas obligatoire).

Support musical : il est choisi par le candidat. Il doit être adapté (au moins 130 bpm pour la partie typée fitness), d'une durée de 1 min 30 à 2 min.

Matériel et tenue : La prestation a lieu sur un parquet. Seul le step est autorisé. Dans un souci d'équité, les accessoires et costumes sont proscrits mais la tenue doit être appropriée.

Contenu de la prestation, liste non exhaustive :

- ✓ Posture(s) d'équilibre
- ✓ Élément(s) de souplesse (fermeture, grand écart, saut de grande amplitude, etc.)
- ✓ Acrobatie(s)
- ✓ Exercice(s) de force (équerre, pompes, etc)
- ✓ Coordination bras/ jambes (chorégraphie de bras)
- ✓ 3 axes de déplacement différents dans l'espace

Critères d'évaluation :

- ✓ Capacité du candidat à concevoir et démontrer une chorégraphie de type fitness.
- ✓ Qualités physiques du candidat (souplesse, force, vitesse, équilibre, coordination, etc.).
- ✓ Maîtrise de la (des) technique(s) démontrée(s)
- ✓ Relation musique - mouvement (utilisation du rythme, des changements de vitesse, de la ligne mélodique, etc.)
- ✓ Variété dans l'utilisation de l'espace.
- ✓ Changements de dynamismes, d'énergies...
- ✓ Engagement, originalité, expressivité, prestance.

EPREUVE 5A : Animation d'une séquence pédagogique en cours collectif

Tests IMSAT
 Option A

Chaque candidat conduit une séquence d'animation de 10 minutes en renforcement musculaire (choix des exercices libres) ou en activation cardio-vasculaire (choix entre Step ou LIA ou Crazy Sign).

Matériel à disposition : -> Pour le renforcement musculaire : tapis, haltères
-> Pour le Step : Steps

Support musical : Il est géré par le jury qui proposera un support adapté à l'activité

Public pratiquant : Les candidats eux-mêmes

Critères d'évaluation :

- ✓ Placement de la voix et de l'intonation
- ✓ Attitude et prise en compte du public
- ✓ Gestion du stress
- ✓ Informations transmises aux pratiquants
- ✓ Qualité du placement corporel personnel

EPREUVE 6A : Suivi d'un cours collectif chorégraphié

Tests IMSAT
 Option A

Niveau de cours : intermédiaire à confirmé

Modalités : suivi de cours collectif en musique :

- ✓ 5' d'échauffement
- ✓ 15 à 20' de cours de STEP
- ✓ 15 à 20' de cours de LIA
- ✓ 5' de retour au calme

Critères d'évaluation :

- ✓ Exactitude de la reproduction avec modèle en début de cours :
 - Maîtrise des éléments techniques (reproduction conforme de l'exercice démontré)
 - Placement corporel (placement conforme aux indications verbales ou gestuelles de l'animateur, recherche d'amélioration de sa réponse en fonction des indications de l'animateur)
 - Relation musique / mouvement (relation mouvement / pulsation et recherche d'amélioration de sa réponse, le candidat se recale).
- ✓ Reproduction finale sans modèle (ni démonstration, ni consignes verbales ou gestuelles)

→ Pour les candidats postulant à l'option « Haltérophilie, Musculation » (B) :

EPREUVE 7B : Test de performance et démonstration technique en haltérophilie / musculation

Tests IMSAT
 Option B

Chaque candidat devra démontrer 3 exercices de musculation et 1 geste d'haltérophilie selon le barème proposé ci-dessous :

Démonstration technique en MUSCULATION : 3 exercices obligatoires

NB : une fois le calcul de charge réalisé, le nombre obtenu est arrondi au multiple 2.5kg inférieur (exemple : poids du corps 68.6kg – 100% du poids du corps => barre chargée à 67.5kg)

« **JOKER** » : Pour les candidats qui ne sont pas en mesure de soulever les charges imposées nous proposons une épreuve adaptée pour chaque exercice. Dans ce cas, le candidat est prioritairement évalué sur la technique.

Ainsi, les répétitions réalisées à charge plus légère mais techniquement correctes peuvent être valorisées plutôt que quelques répétitions techniquement moins qualitatives et potentiellement dangereuses, réalisées à la charge demandée.

La qualité technique est primordiale et doit prévaloir sur la performance.

1/ SOULEVE DE TERRE

F/ H	Nb rep	% poids du corps	Barème	
Femmes	8	100%	Note sur 20	5 points pour les répétitions validées (0.625/rep) + 15 points de technique
Femmes « JOKER »	8	85%	Note sur 15	0 point pour les répétitions 15 points sur la technique
Hommes	8	120%	Note sur 20	5 points pour les répétitions validées (0.625/rep) + 15 points de technique
Hommes « JOKER »	8	105%	Note sur 15	0 point pour les répétitions 15 points sur la technique

Critères de réussite

- *Prise des mains (pronation, supination ou mixte) au choix du candidat et à l'extérieur des genoux
- *Le candidat se redresse en conservant les courbures naturelles de la colonne vertébrale
- *Fin du mouvement : le candidat se tient debout, barre au niveau du bassin -> Alignement des membres inférieurs, du buste et de la tête sans hypertension lombaire.
- *Puis le candidat repose la barre au sol en contrôlant le mouvement
- *La répétition suivante débute immédiatement sans lâcher la barre

2/ SQUAT

F/ H	Nb rep	% poids du corps	Barème	
Femmes	10	80%	Note sur 20	8 points pour les répétitions validées (0.8/rep) + 12 points de technique
Femmes « JOKER »	10	65%	Note sur 12	0 point pour les répétitions 12 points sur la technique
Hommes	10	100%	Note sur 20	8 points pour les répétitions validées (0.8/rep) + 12 points de technique
Hommes « JOKER »	10	85%	Note sur 12	0 point pour les répétitions 12 points sur la technique
Critères de réussite			IDEM épreuve 3B	

3/ DEVELOPPE COUCHE

F/ H	Nb rep	% poids du corps	Barème	
Femmes	10	65%	Note sur 20	10 points pour les répétitions validées (1/rep) + 10 points de technique
Femmes « JOKER »	10	50%	Note sur 10	0 point pour les répétitions 10 points sur la technique
Hommes	10	90%	Note sur 20	10 points pour les répétitions validées (1/rep) + 10 points de technique
Hommes « JOKER »	10	75%	Note sur 10	0 point pour les répétitions 10 points sur la technique
Critères de réussite			IDEM épreuve 3B	

Démonstration technique en HALTEROPHILIE : 1 exercice tiré au sort

Choix de la charge : Le candidat choisi la charge maximale, à laquelle il est capable de réaliser 3 répétitions techniquement correcte.

Attention charges minimales : femme 20kg / homme 25kg, puis chargement de la barre **de 2.5kg en 2.5kg**

1/ ARRACHE

F/ H	Nb rep	% poids du corps	Barème	
Femmes	3	Au choix	Note sur 20	6 points pour les répétitions validées (2/rep) + 14 points de technique
Hommes	3	Au choix		
Critères de réussite				

*Le mouvement doit être continu

*Le candidat saisit la barre en pronation, avec une prise plus large que les épaules. En conservant les courbures naturelles du dos, le candidat amène la barre au-dessus de la tête, bras tendus, en un seul mouvement.

*La position est stabilisée : debout, bras et jambes tendus.

* Les répétitions doivent s'enchaîner sans pause. Le candidat lâche la barre : La barre repart du sol au début de chaque répétition.

* Le pourcentage de charge choisi est pris en compte dans l'évaluation

2/ EPAULE JETE

F/ H	Nb rep	% poids du corps	Barème	
Femmes	3	Au choix	Note sur 20	6 points pour les répétitions validées (2/rep) + 14 points de technique
Hommes	3	Au choix		
Critères de réussite				
<p>*Les deux mouvements (l'épaulé et le jeté) doivent être continus</p> <p>*Le candidat saisit la barre en pronation, en conservant les courbures naturelles du dos, il amène la barre aux épaules. Puis, le candidat amène la barre au-dessus de la tête et stabilise la position debout</p> <p>*La position est stabilisée : debout, bras et jambes tendus.</p> <p>* Les répétitions doivent s'enchaîner sans pause. Le candidat lâche la barre : La barre repart du sol au début de chaque répétition.</p> <p>* Le pourcentage de charge choisi est pris en compte dans l'évaluation</p>				

Informations complémentaires :

- ✓ Quel que soit le nombre de points obtenus (de 0 à 20), l'épreuve n'est pas éliminatoire.
- ✓ Si au regard des charges utilisées le jury estime que l'intégrité physique du candidat est mise en jeu, il se réserve le droit d'interrompre l'épreuve.
- ✓ Le candidat ne dispose que d'un seul passage pour chaque exercice. Au bout de 3 répétitions non comptabilisées sur un même geste (non-respect de la technique fondamentale, des amplitudes, etc.) l'épreuve est interrompue.

Tests IMSAT
 Option B

EPREUVE 8B : Suivi et animation d'un circuit training

Suivi et animation d'une épreuve physique de type circuit training. Le circuit est conçu par le centre de formation qui proposera entre 9 et 12 exercices différents.

Lieu et durée : en intérieur ou en extérieur, d'une durée de 20 à 40 min

Critères d'évaluation :

En tant que pratiquant

- ✓ Qualité des placements corporels (gestes techniques et postures)
- ✓ Capacité à se corriger techniquement
- ✓ Nombre de répétitions effectuées pendant le temps de travail (performance)
- ✓ Investissement et comportement dans l'effort.

En tant qu'animateur

- ✓ Placement de la voix et de l'intonation
- ✓ Attitude et prise en compte du public
- ✓ Informations transmises aux pratiquants
- ✓ Investissement dans l'animation.

→ Pour tous les candidats au BPJEPS Activités de la Forme, (quelle(s) que soit(ent) l'(les) option(s) présentée(s)),

EPREUVE 9AB : Oral Collectif

Durée : 30 minutes à 1h

Cette épreuve permet, à partir d'un sujet d'ordre général, d'apprécier chez les candidats les capacités :

- ✓ d'expression orale
- ✓ de réflexion et d'analyse

Tests IMSAT
 Option A Option B

EPREUVE 10AB : Epreuve écrite

Durée : 1h30 à 2h (Prise de notes, rédaction et QCM)

Critères d'évaluation :

- ✓ Qualité des notes restituées
- ✓ Construction et organisation de l'écrit
- ✓ Validité des réponses
- ✓ Orthographe / Grammaire / Syntaxe

Tests IMSAT
 Option A Option B

EPREUVE 11AB : Entretien de motivation

Durée : 30 minutes maximum.

L'entretien s'effectue à partir du dossier rendu à l'inscription.

Proposition d'organisation du dossier :

1. Le curriculum vitae (études effectuées – diplômes obtenus ou niveau atteint – situation professionnelle).
2. L'expérience pratique et pédagogique dans les activités de la forme et/ ou de la force.
3. Les motivations et le projet professionnel.

Cependant, d'autres documents attestant de l'authenticité des points ci-dessus peuvent être joints : photocopies de diplômes, attestations de stages techniques ou pédagogiques, attestations d'employeurs, lettre de recommandation, etc.

Déroulement de l'épreuve :

- ✓ Exposé du contenu du dossier par le candidat.
- ✓ Questionnement du jury

Critères d'évaluation :

- ✓ Qualité de réflexion du candidat sur sa pratique des activités de la forme et/ou de la force.
- ✓ Motivations pour l'enseignement de ces pratiques
- ✓ Projet professionnel
- ✓ Capacité à répondre aux questions posées.
- ✓ Comportement : attitude verbale, attitude non verbale (personnalité, aisance, etc...)

Tests IMSAT
 Option A Option B

Planning prévisionnel - BPJEPS Activités de la Forme
Option A "Cours Collectifs" et/ou option B "Haltérophilie, Musculation"
Parcours APPRENTISSAGE – Session 2024-2025



Version au 29/02/2024

août-24				sept-24				oct-24				nov-24				déc-24				janv-25				févr-25				mars-25				avr-25				mai-25				juin-25				juil-25				août-25				sept-25				oct-25															
JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S	JOUR	M	AM	S
J 1				D 1				M 1	16			V 1		FERIE		D 1				M 1		FERIE		S 1				M 1	16			J 1		FERIE		D 1				M 1	16			V 1				J 1				D 1				M 1	16			S 36				UC 3				M 1			
V 2				S36				M 2		19		S 2		7		S49		EPMSP		J 2		21		D 2				M 2		19		V 2				D 2				S23				M 2		19		S 2				L 1				J 2															
S 3				L 2				J 3				D 3				L 2				V 3				S06				S10				J 3				S 3				L 2				J 3				D 3				M 2	16			V 3															
D 4				M 3				V 4				S45				M 3	16			S 4				L 3				S10				V 4				D 4				M 3	16			S32				M 3				J 4				D 5															
S32				M 4				S 5				L 4				M 4		19		D 5				M 4	16			M 4	16			S 5				V 4				S 5				L 4				M 3				J 4				D 5															
L 5				J 5				D 6				M 5	16			J 5				S02				M 5		19		M 5		19		D 6				L 5				J 5				D 6				M 5				L 4				V 5				S41											
M 6				V 6				S41				M 6		19		V 6				L 6				J 6				J 6				S15				M 6	7			V 6				S28				M 6				S 6				D 7				L 6											
M 7				S 7				L 7				J 7				S 7		16		M 7	16			V 7				V 7				L 7				M 7				S 7				L 7				J 7				D 7				M 7															
J 8				D 8				M 8	16			V 8				D 8				M 8		19		S 8				S 8				M 8				FERIE				D 8				M 8	16			V 8				J 8				S37				UC 3 / 4				M 8							
V 9				S37				M 9		19		S 9				S50				J 9				D 9				M 9				V 9				S24				M 9		19		S 9				L 8				J 9																			
S 10				L 9				J 10				D 10				L 9				V 10				S07				S11				S 10				L 9		FERIE		J 10				D 10				M 9	16			V 10																			
M 10				M 10				S 11				L 10		16		M 10		19		S 11				L 10				M 10				V 11				D 11				L 9	UC 3			V 11				S33				UC 4 A1 / B1				M 10				S 11											
S33				M 11				S 12				L 11		FERIE		M 11		19		D 12				M 11		16		S 12				S20				M 11		19		S 12				L 11				J 11				D 12																			
L 12				J 12				D 13				M 12	16			J 12				S03				M 12				J 12		35		D 13				L 12				J 12	16			D 13				M 12	14			V 12				S42															
M 13				V 13				S42				M 13		19		V 13				L 13				J 13				M 13				M 13	16			V 13				L 13				M 13				S 13				D 14				L 13															
M 14				S 14				L 14				J 14				S 14				M 14	16			V 14				V 14				L 14				M 14		19		S 14				L 14				FERIE				J 14				D 14				M 14											
J 15		FERIE		D 15				M 15	16			V 15				D 15				M 15		19		S 15				S 15				M 15				J 15				D 15				M 15		FERIE		V 15		FERIE		S38				UC 1 / 2 / 4				M 15											
V 16				S38				M 16		19		S 16				S51				J 16				D 16				D 16				M 16				V 16				S25		UC 3		M 16				S 16				L 15				J 16															
S 17				L 16				J 17				D 17				L 16				V 17				S08				S12				J 17				L 16				V 17				D 17				M 16	16			V 17																			
D 18				M 17				V 18				S47				M 17	16			S 18				L 17				L 17		UC 1 / 2		V 18				D 18				M 17	16			V 18				S34				UC 4 A2 / B2				M 17				S 18											
S34				M 18				S 19				L 18				M 18		19		D 19				M 18		16		S 19				S20		UC 4 A1 / B1		M 18		19		S 19				L 18				J 18				D 19																			
L 19				J 19				D 20				M 19	16			J 19				S04				M 19				M 19		35		D 20				L 19				J 19				D 20				M 19	18			V 19				S43															
M 20				V 20				S43		EPMSP		M 20		19		V 20				L 20				J 20				J 20				M 20	16			S17				M 20		19		S 20				M 20		17		S 20				L 20															
M 21				S 21				L 21				J 21				S 21				M 21	16			V 21				V 21				L 21		FERIE		M 21				S 21				L 21				J 21				D 21				M 21															
J 22				D 22				M 22	16			V 22				D 22				M 22		19		S 22				S 22				M 22	16			J 22				D 22				M 22				V 22				S39				M 22															
V 23				S39				M 23		19		S 23				J 23				S52				D 23				D 23				M 23				V 23				S26				M 23				S 23				L 22				J 23															
S 24				L 23				J 24				D 24				M 24				S09				V 24				V 24				L 23				S 24				J 24				D 24				S 24				M 23				V 24															
D 25				M 24		19		V 25				S48				M 24		35		S 25				L 24				L 24				V 25				D 25				M 24	16			V 25				S35				M 24				S 25															
S35				M 25		16		S 26				L 25				M 25		FERIE		D 26				M 25	16			M 25	16			S 26				S22				M 25		19		S 26				L 25				J 25				D 26															
L 26				J 26				D 27				M 26	16			V 27		19		V 27				L 27				J 27				S18				M 27	7			V 27				S31				M 27				S 27				L 27															
M 27				V 27				S44				M 27		19		V 27				S 28				M 28	16			V 28				L 28				M 28		28		S 28				L 28				J 28				D 28				M 28															
M 28				S 28				L 28				J 28				S 28				M 28	16			V 28				V 28				L 28				M 28				S 28				L 28				J 28				D 28				M 28															
J 29		TEP		D 29				M 29	16			V 29				D 29				M 29		19		S 29				S 29				M 29	7			J 29		FERIE		D 29				M 29				V 29				S40				M 29															
V 30				S40				M 30		12		S 30				J 30				S01				V 30				V 30				M 30				D 30				M 30		14		V 30				S 30				L 29				J 30															
S 31				L 30</																																																																			

