

CERTIFICAT UNIVERSITAIRE CONCEPTION DE PROGRAMMES DE PRISE EN CHARGE INDIVIDUALISÉE EN FORME

1 semestre



► Objectifs

Former des professionnels capables de penser, d'organiser et de concrétiser des programmes de prise en charge individualisée en forme.

► Pré-requis

Licence STAPS parcours type Entraînement sportif recommandée.

► Principales matières enseignées

Techniques et méthodes liées à la forme et au bien-être. Techniques en lien avec des programmes de perte de poids, de gain de masse musculaire, de développement de l'endurance cardio-vasculaire.

► Description de la formation

Ce certificat universitaire concerne la conception de programmes de prise en charge individualisée en forme dans un objectif de dé-sédentarisation, d'entretien ou de développement physique chez des populations saines.

Insertion professionnelle

Secteurs d'activités :

- Secteur du bien-être et de la remise en forme
- Secteur privé et marchand (clubs sportifs, fédérations, centres, instituts).

Métiers :

- Directeur ou chef de projet de structure privée à objectif sportif
- Responsable sportif en entreprise
- Profession libérale (coach, personal trainer en cabinet ou à domicile, dans les domaines de la remise en forme, de la nutrition et du bien-être...).

Poursuites d'études

Ces certificats ont pour objectif de permettre un retour à l'Université des diplômés et/ou d'anciens étudiants n'ayant pas finalisé leur cycle d'étude pour une montée en connaissances, en compétences et/ou en diplômes (formations certifiantes menant à la diplomation en Master STAPS : EOPS pour celles et ceux qui y aspirent, sous condition d'une des validations prévues aux articles L613-3, L613-4, L613-5 du Code de l'Éducation).

► Compétences acquises

Acquérir des connaissances et savoir-faire relatifs aux outils de la personne encadrée et appropriation de techniques liées à la remise en forme et au bien-être. Concevoir des cours ou programmes personnalisés en entretien ou en développement physique dans les techniques de forme et de bien-être.

► Conditions d'accès

Titulaire d'une Licence STAPS (180 crédits), d'un BPJEPS AG2F, BEES 1°MF, BEES 1°APT, les thérapeutes, préparateurs physiques et les coaches qui sont amenés à concevoir, encadrer et développer des programmes de prise en charge individualisée en forme.

► Formalités d'inscription

Dossier de pré-inscription à télécharger ; procédure détaillée sur le site : <http://staps.univ-lille2.fr/fr/formation-continue.html>

Lieu de la formation

Faculté des Sciences du Sport et de l'Éducation Physique

9, rue de l'Université - 59790 Ronchin

T. + 33 (0)3 20 88 73 50

staps@univ-lille2.fr

staps.univ-lille2.fr

Métro : ligne 2, station Porte de Douai