

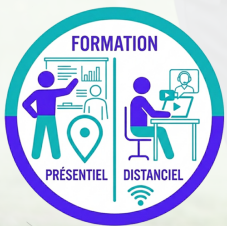
CQP ALS

ANIMATEUR DE LOISIR SPORTIF

OPTION AGÉE

Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression

Spécialisation activités en extérieur



VOLUME HORAIRE TOTAL :
269,5 HEURES

- 5h de positionnement
- 2h de classe virtuelle de lancement
- 119h de regroupement en présentiel
- 40h de formation en distanciel
- 80h d'alternance
- 2,5h de certifications
- 21h de formations «extérieur» en présentiel



EFFECTIF :

20 STAGIAIRES



Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à l'une de nos formations. Faites le nous savoir : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée.



CALENDRIER DE LA FORMATION

- **Positionnement** : le 13/10/2026
- **Classe virtuelle de lancement** : le 03/11/2026
- **Présentiel** : du 16/11/2026 au 24/03/2027
- **Certifications** : du 26 au 28/04/2027
- **Rattrapages** : du 18 au 19/05/2027
- **Formation séance en extérieur** : le 04/07/2027
- **Formation Cross Training** : du 05 au 06/07/2027



MODALITÉS ET DÉLAI D'ACCÈS

Date limite d'inscriptions : le 29/09/2026

En fonction du nombre de places disponibles.



LIEU DE LA FORMATION

CREPS Île-de-France

139 Avenue Roger Salengro, 92290 Châtenay-Malabry

DESCRIPF DE LA FORMATION

Le **CQP ALS – option AGEE (Activités Gymniques d’Entretien et d’Expression)** constitue un premier niveau de qualification professionnelle dans les filières des activités physiques pour tous et des activités gymniques de la forme. Il permet d’exercer des fonctions d’animation et d’encadrement sportif, principalement en cours collectifs, auprès de tout type de public, en autonomie dans le face-à-face pédagogique.

Le titulaire du CQP ALS **conçoit et anime des activités physiques** et sportives d’initiation et de découverte, **adaptées aux capacités de chacun**. Son action s’inscrit dans une démarche de **prévention, de santé, de bien-être** et de maintien de la forme, avec une approche éducative et ludique favorisant l’expression individuelle, le respect et la convivialité.

Relevant du cadre réglementé des activités physiques et sportives, l’exercice de la fonction d’« Animateur de Loisir Sportif » nécessite une déclaration préalable auprès du Préfet du département d’exercice (art. R212-85 du Code du Sport), renouvelable tous les cinq ans. Une carte professionnelle est alors délivrée, précisant les conditions d’encadrement en autonomie liées à l’option choisie, sous réserve de satisfaire aux obligations légales en vigueur

La **spécialisation Activités en extérieur** vous permet de concevoir des séances dynamiques, variées et stimulantes en plein air, centrées sur le développement de la condition physique générale. Basées sur des mouvements fonctionnels et des circuits d’entraînement, ces activités combinent renforcement musculaire, travail cardio-respiratoire et coordination tout en profitant d’un environnement naturel propice à la motivation et au bien-être.

PUBLIC

• Toute personne voulant acquérir un premier niveau de qualification professionnelle dans les métiers de l’encadrement et de l’animation des activités physiques et sportives et qui souhaitent se perfectionner dans les activités en extérieur

PRÉ-REQUIS

- Être âgé d’au minimum 18 ans à la date d’entrée en formation.
- Être titulaire de l’**AFPS** (Attestation de Formation au Premier Secours) ou du **PSC1** (Prévention et Secours Civiques de niveau 1).
- Présenter un **certificat médical** de non contre-indication à la pratique et à l’animation de moins d’un an à la date d’entrée en Positionnement.
- Appréciation du **niveau de pratique minimal** requis à partir des expériences et de la réalisation d’un test technique spécifique à l’option du CQP ALS.
- Avoir un **tuteur qualifié** pour les périodes d’alternance en structure.
- En complément, vous devrez impérativement fournir une «**attestation de stagiaire en formation**» délivrée à partir du site **EAPS** : <https://eaps.sports.gouv.fr>.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

La formation au CQP ALS s’articule autour de compétences à acquérir, définies par le référentiel du métier d’animateur. Elle est constituée de 3 blocs de compétences.

Bloc 2 : Préparation et animation de cycles de séances de loisir sportif dans le domaine de l’AGEE.

Bloc 4 : Organisation, information et communication autour de ses activités d’animation et d’encadrement physique et sportif.

Bloc 5 : Conduite de son parcours professionnel dans le domaine des activités physiques et sportives.

L’option : « Activités Gymniques d’Entretien et d’Expression » (AGEE) est centrée autour de **4 intentions éducatives** : techniques cardio; renforcement musculaire; techniques douces, activités d’expression

La **spécialisation activités en extérieur** vous permettra :

- Concevoir et encadrer des séances en extérieur en tenant compte des spécificités de l’environnement (espace, relief, météo) afin de garantir sécurité, organisation et fluidité.
- Exploiter le milieu extérieur comme levier de motivation, de cohésion et de bien-être, en favorisant une pratique dynamique et engageante.
- Adapter les contenus et l’intensité des séances aux contraintes et opportunités du plein air, dans le respect des principes du Sport Santé et de la progression des pratiquants.

CONTENUS PÉDAGOGIQUES

Les compétences transversales attendues dans le cadre du CQP ALS AGEE sont :

Participation à la vie de la structure :

- Accueillir les publics.
- Participer au fonctionnement de la structure.
- Prendre en compte la structure dans son environnement local.

Conception d'un projet d'animation :

- Prendre en compte le projet de la structure.
- Prendre en compte les caractéristiques des publics et de l'environnement.
- Prendre en compte les obligations légales et les règles de sécurité.
- Maîtriser les gestes et techniques nécessaires à la conduite de l'activité.

Réalisation d'un projet d'animation :

- Réaliser une action d'animation.
- Maîtriser les outils et techniques de l'activité.
- Assurer la sécurité des pratiquants et des tiers.

Les attendues dans le cadre de la spécialisation activité en extérieur sont :

- Sécurité et cadre juridique pour une animation en extérieur.
- Argumentation sur les activités physiques extérieures avec une approche environnementale et durable
- Les courbes de séances.
- Les blocs
- Les exercices isolés (aux élastiques, TRX, cordes, fitball, foam roller, kettlebell, etc...)

MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- Ressources pédagogiques disponibles en distanciel.
- Classe virtuelle et suivi en E-tutorat.
- Formation centrée sur la pratique en lien avec les compétences métiers de l'animateur sportif.
- Mise en situation d'animation progressive tout au long du processus de formation.
- Animation de séances et de séquences pédagogiques avec feedbacks.
- Évaluation des compétences et des connaissances via des activités en présentiel (étude de cas, travaux en sous groupes) et des quiz.
- Individualisation de l'accompagnement afin de répondre aux besoins et aux attentes des apprenants.

L'ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE



Axelle PACHECO

Directrice de
Formation
FFEPGV



Marie MALET

Conseillère en
Formation
FFEPGV

MODALITÉS DE VALIDATION

- Feuilles de présence.
- Fiche d'émargement.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Évaluation formative :
 - Quiz / questionnaires.
 - Situations interactives (auto-évaluation).
 - Mises en situation pédagogique

MODALITÉS DE CERTIFICATION

• Pour accéder à la certification :

- Avoir suivi l'ensemble du cursus de formation
- Avoir réalisé les 80h d'alternance
- Envoi des dossiers de certification dans les délais

• Modalités de certification :

- Réalisation de deux dossiers et de trois soutenances .
- Préparation, réalisation d'une séance d'animation et entretien.

• **Diplôme remis** : Diplôme professionnel délivré par la Branche Sport et attestation de formation sous réserve de validation du CQP

LES + DE CETTE FORMATION

- Un diplôme professionnel associant les compétences pédagogiques et techniques de l'animation physique et sportive.
- Un environnement de travail sur l'ensemble du territoire français (métropole et DOM/TOM).
- Une équipe pédagogique composée de formateurs certifiés nationalement ou experts dans les domaines pédagogiques.
- Un accompagnement par les tuteurs entreprise lors des phases d'alternance en milieu professionnel.
- Une spécialisation dès la fin de la formation grâce aux formations activités en extérieur et Cross Training Sport Santé
- Un accès aux formations filières FFEPGV et/ou un certificat d'état (BPJEPS)

CALENDRIER DE LA FORMATION

Positionnement (5h)

Le mardi
13 octobre 2026

Classe virtuelle de lancement (2h)

Le mercredi
3 novembre 2026

Certifications (2,5h)

Validation des 3 blocs de compétences :

Entre le lundi **26** et le mercredi **28 avril 2027**

Présentiel (119h)

Module 1 : du lundi
16 au jeudi
19 novembre 2026

Module 2 : du lundi
7 au mercredi
9 décembre 2026

Module 3 : du lundi
11 au jeudi
14 janvier 2027

Module 4 : du lundi
22 au mercredi
24 février 2027

Module 5 : du lundi
22 au mercredi
24 mars 2027

Alternance (80h)

Mise en situation pratique entre chaque module dans la structure de votre choix

Entre le vendredi
20 novembre 2026 et le mercredi **24 mars 2027**

(NB : obligation de voir les 4 intentions éducatives)

Distanciel (40h)

Un temps de E-learning et une classe virtuelle (2h) entre chaque module en présentiel

CV 2 : le mardi
1er décembre 2026

CV 3 : le mardi
15 décembre 2026

CV 4 : le mardi
26 janvier 2027

CV 5 : le mardi
9 mars 2027

CV 6 : le lundi
5 avril 2027

Rattrapage

Du mardi **18** au mercredi
19 mai 2027

(si blocs de compétences non validés)

Activités en extérieur (7h)

Le dimanche
4 juillet 2027

Cross Training (14h)

Du lundi
5 au mardi
6 juillet 2027

TARIF FINANCEUR

Frais de dossier : 32 €
Frais de positionnement : 95€
Frais de la formation : 3783 €

Possibilité de faire financer votre formation par votre **employeur**, un «**OPCO**» ou via votre **Compte Personnel de Formation** (CPF)

TARIF AUTO FINANCEMENT

Frais de dossier : 32 €
Frais de positionnement : 75 €
Frais de la formation : sur demande de devis

Possibilité de financer votre formation par **pôle emploi** ou de mettre en place un **échancier de paiement**.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

01 42 05 37 76 - formation@coregepgv-sport.fr

NB : Seuls les dossiers complets au format PDF seront pris en compte.