

PRESENTATION

Pour préparer les TEP (Tests d'Exigence Préalable) du BP JEPS Activités de la Forme, vous pouvez avoir besoin de soutien avant de vous inscrire.

Le CREPS de Reims vous aide à préparer la 1ère étape d'entrée en BP JEPS AF que **sont les TEP** : informations et **préparation**, adaptées à vos besoins : la musculation, les cours collectifs (step, renforcement musculaire, stretching) et du cardio-training (Luc Leger). Cette préparation vous permet de mettre toutes les chances de votre côté pour obtenir vos TEP du BP JEPS des Activités de la Forme en Cours Collectifs (option A) et Haltérophilie, Musculation (option B).

Attention : cette formation ne valide pas l'obtention des TEP du BP JEPS Activités de la Forme.

PREREQUIS ET CONDITIONS D'ACCES A LA PREPARATION

- Être âgé de 16 ans minimum à la date de la session de préparation
- Avoir un bon niveau de pratique sportive (connaissance du secteur de la forme vivement souhaité)
- Présenter un certificat médical de non-contre-indication à la pratique et à l'encadrement des « activités de la forme » datant de moins d'un an à la date de l'entrée en formation (document fourni dans le dossier d'inscription).

MODALITES PEDAGOGIQUES

Il sera expliqué aux candidats toutes les modalités des TEP (Tests d'Exigence Préalable)

Les candidats seront mis en situation afin de déterminer leur niveau sur les différentes épreuves des TEP.

Ensuite un contenu personnalisé leur sera donné afin de les préparer au mieux pour les TEP du jeudi 25 août 2022 au CREPS de Reims.

CONTENU DE LA PREPARATION

La préparation se compose de :

- 6 heures de cours collectifs : step, renforcement musculaire, stretching
- 6 heures de pratique musculation : développé couché, squat, traction avec programme personnalisé
- 2 heures de pratique cardio : test Luc Léger et programme personnalisé

CALENDRIER DE LA PREPARATION

- Ouverture des inscriptions en janvier 2022 •

Clôture des inscriptions à la préparation	Entrée en préparation	Fin de la préparation	Effectif maximum	Heures en centre	Durée totale
Vendredi 29 avril 2022	Samedi 14 mai 2022	Dimanche 15 mai 2022	25 stagiaires	14 H	14 H

COUT DE LA PREPARATION ET FINANCEMENTS

(LES CONDITIONS GENERALES DE VENTES SONT CONSULTABLES SUR NOTRE SITE INTERNET)

Frais pédagogiques

Tarif unique : 119 €

CONTACTS



Alexandre DUVAL (responsable de la formation)

☎ 06.85.21.95.40



Virginie CLÉMENT (référente administrative)

☎ 03.26.86.74.87

@ virginie.clement@creps-reims.sports.gouv.fr



Caroline DIOT (référente handicap)

Accueil de personnes porteuses de handicap : toute demande fera l'objet d'une étude personnalisée

☎ 03.26.86.70.10

@ caroline.diot@creps-reims.sports.gouv.fr

S'INFORMER, S'INSCRIRE

Le dossier d'inscription est disponible en ligne sur www.creps-reims.fr.

Le dossier d'inscription sera à télécharger, à imprimer et à adresser accompagné de tous les documents demandés au plus tard le jour de la clôture des inscriptions (le cachet de la poste faisant foi) au :

CREPS de Reims
Route de Bezannes
BP 107
51054 REIMS Cedex

L'inscription sera enregistrée au CREPS, dès réception du dossier complet. Attention, nombre de place limité. Seuls les 25 premiers dossiers complets seront retenus.

ACCUEIL ET HEBERGEMENT

Possibilité d'hébergement (sous réserve de disponibilité) et de restauration pour les stagiaires inscrits à une formation professionnelle → voir impérativement avec le service accueil pour la réservation : 03.26.86.70.10

