Catalogue des formations
Formation Continue
Université de Strasbourg

2019
2020

Métiers du sport
Laurence Kostyra - Assistante de formation - lkostyra@unistra.fr
Daniel Frey - Chargé de mission - d.frey@unistra.fr
Diane Abelé - Assistante de formation - d.abele@unistra.fr
Index général des formations proposées

Diplômes

- Master Wellness Management ................................................................. 8
- Diplôme d’université Management d’une carrière de sportif professionnel .......... 9
- DEUST Métiers de la Forme .................................................................... 10
- Licence professionnelle Commercialisation des produits et services sportifs ........ 11
- Diplôme d’université Personal Trainer .................................................... 12

Stages

- Exercice et Performance .......................................................................... 14
- Exercice et Santé ...................................................................................... 15
- Nutrition, Santé et Performance ............................................................... 16
- Accompagnement et préparation mentale du pratiquant ......................... 17
- Entrepreneuriat et Outils ......................................................................... 18
- L’activité physique, un outil de santé ...................................................... 19
- Activités physiques adaptées, sports, cancers ......................................... 20

Validation d’acquis et accès aux études universitaires

- [Nouveau] Accompagnement à la Validation des Acquis de l’Expérience (VAE) ........................................... 22
- Diplôme d’Accès aux études universitaires (DAEU) .................................. 23

- Index des mots clés .................................................................................. 24

Vous trouverez un bulletin d’inscription en page 3 de ce catalogue

La totalité de notre offre de formation est accessible par internet sur : sfc.unistra.fr
**L’Université de Strasbourg**

- 51 000 étudiants dont 20% d’étrangers
- 5 700 personnels dont 1 750 enseignants-chercheurs

**La formation continue universitaire**

- 900 formations
- 9 000 stagiaires
- 1 équipe dédiée de 55 personnes
- 11M € de CA

**Nos modalités pédagogiques**

### Stages courts

En inter, intra, sur-mesure.

Nous pouvons également construire des formations sur-mesure, dans tous les domaines d’activité de l’Université, y compris pour des demandes auxquelles notre offre actuelle n’apporte pas de réponse.

### Diplômes

Diplômes nationaux, d’université, interuniversitaires.

Les diplômes créés spécifiquement en formation continue ont des calendriers particuliers.

Tous les diplômes nationaux de l’Université de Strasbourg peuvent être obtenus par validation des acquis de l’expérience (VAE) - Tél. 03 68 85 86 00

**En pratique**

### S’inscrire à un stage court

Vous pouvez vous inscrire à l’un de nos stages courts en utilisant le bulletin d’inscription joint au catalogue ou en suivant les instructions figurant sur le programme de la formation sur sfc.unistra.fr.

La prise en compte de l’inscription sera confirmée par écrit dans les jours suivant sa réception.

Un stagiaire ne doit jamais se présenter à un stage s’il n’a pas reçu de convocation. Ce document lui assure que la formation a effectivement lieu aux dates et lieux annoncés.

### S’inscrire à un diplôme

Vous avez déjà choisi votre diplôme…

- Pour les diplômes créés spécifiquement en formation continue
  Vous pouvez faire une demande de dossier de candidature auprès de l’assistante en charge de la formation ou directement sur le programme de la formation disponible sur notre site.

- Pour les diplômes en insertion en formation initiale (IFI)
  Vous pouvez prendre contact avec le SFC et avec la scolarité de la composante pour les démarches de candidature.

**Nos conditions générales de vente sont accessibles sur** sfc.unistra.fr
Bulletin d’inscription

A transmettre à : Service Formation Continue - Université de Strasbourg
21 rue du Maréchal Lefebvre 67100 STRASBOURG
sfc-contact@unistra.fr / fax : 03 68 85 49 29

Toutes les informations sont indispensables à la prise en compte de votre commande

Stagiaire à inscrire

Nom ........................................................................................................... Prénom .................................................................................................
Date de naissance .......... / ........ / .................. Nom de naissance ......................................................................................
Fonction ................................................................................................. Service ..........................................................................................
Entreprise ou organisme ........................................................................ Adresse ..........................................................................................
Code postal ........................................ Ville ..................................................
Courriel (obligatoire pour la transmission du questionnaire d’évaluation et la communication avec le stagiaire)

Tel ................................................................. Fax .................................................................

Titre de la formation .............................................................................. Référence ......................................................................................

Date(s) .................................................................................................

Organisme et adresse de facturation (si différents du stagiaire) à remplir impérativement au moment de l’inscription

Nom et coordonnées du correspondant formation (mention obligatoire)
Nom Prénom ........................................................................................... Tel .................................................................
Courriel ...................................................................................................
N° Siret ........................................................... Code APE/NAF ..............................................

□ Cocher ici si formation à l’initiative du salarié (DIF / CPF) ou formation hors temps de travail (plan de formation ou période de professionnalisation) pour édition par le SFC d’une convention tripartite

Partie à remplir impérativement au moment de l’inscription si la facture est à adresser à un OPCO. Merci de joindre l’accord de prise en charge / subrogation.
Nom de l’organisme paritaire collecteur agréé (OPCO) .................................................................................................
Adresse ...................................................................................................
Code postal ........................................ Ville ..........................................................................................
Courriel ...................................................................................................
Tel ................................................................. Fax .................................................................
Montant de la prise en charge par l’OPCO (mention obligatoire) ..........................................................................................
Nom et coordonnées du correspondant formation (mention obligatoire)

Extrait des conditions générales de vente :
« Le bulletin doit être accompagné des modalités de règlement des frais de participation :
- chèque à l’ordre de Régie de recettes SFC
- lettre valant commande ou bon de commande (notamment pour les administrations)
- attestation de prise en charge (notamment en cas de financement par un OPCO). »

Le client déclare avoir pris connaissance des conditions générales de vente (téléchargeables sur : http://sfc.unistra.fr) et les accepter sans réserve.
Lu et approuvé, Date ................................................................. Cachet et signature

□ Les informations demandées dans ce bulletin d’inscription, sauf avis contraire de votre part en cochant la case ci-contre, feront l’objet d’un traitement informatisé permettant de vous transmettre des informations concernant exclusivement le Service Formation Continue. Conformément à la loi “informatique et libertés”, vous pouvez exercer votre droit d’accès aux données vous concernant et les faire rectifier en contactant : sfc-contact@unistra.fr

Université de Strasbourg - Service Formation Continue - N° de déclaration d’activité : 4267 04090 67
Un service formation continue innovant

Notre offre de formation est actualisée chaque année et nos programmes sont sans cesse revisités et enrichis, afin de toujours mieux répondre à vos attentes.

**NOUVEAU** Ce picto vous informe que la formation vient d’intégrer notre offre.

Pass’ Compétences Universitaire®

**Son objectif :**
Permettre à un salarié en formation dans le cadre d’un cursus diplômant, d’étaler son parcours sur plusieurs années (maximum 5 ans), ce qui apporte plus de souplesse dans sa vie professionnelle.

Ce picto vous informe que la formation est au format Pass’Compétences.

La plateforme d’enseignement à distance DigitalUni

**Son objectif :**
Répondre efficacement aux besoins spécifiques de la formation continue des entreprises et/ou des individus au travers d’une approche pragmatique et opérationnelle.

DigitalUni privilégie l’accompagnement et l’assistance pédagogique et technique. Les sessions impliquent de la part du stagiaire :

- la participation à des réunions en classe virtuelle : cours en direct avec micro et webcam pour favoriser le tutorat à distance
- la réalisation de travaux à partir de ressources numériques, d’audiocours, de quizz, de travail collaboratif selon un planning défini (disponible sur simple demande). Un protocole individuel de formation est remis avant le démarrage de la formation.

Il convient de disposer d’une bonne connexion internet et de prévoir un temps d’appropriation des outils dédiés à l’enseignement à distance (module de formation à l’utilisation de la plateforme, classe virtuelle de test et liste des prérequis techniques mise à disposition avant le démarrage de la formation).

Ce picto vous informe que la formation est à distance.

Pour en savoir plus : sfc.unistra.fr - rubrique «un service formation continue innovant»

Des formations évaluées et certifiées

Notre organisme de formation est certifié ISO 9001 et FCU (Formation continue à l’Université).

L’Université de Strasbourg est enregistrée au Datadock.

Le Service Formation Continue de l’Université de Strasbourg a formé son équipe de conseillers au **système d'évaluation Kirkpatrick** et est devenue en 2016 la première université à obtenir cette certification.

Toutes nos formations sont évaluées sur les niveaux 1 et 2 du modèle Kirkpatrick.

Pour toutes nos formations sur-mesure, nous pouvons concevoir et mettre en place un **dispositif complet de mesure de leur efficacité via notre offre IMPAKT**. Nous vous accompagnons dans une démarche complète, de l’analyse du projet à l’évaluation finale.

Notre **responsable qualité Pierre LINDEN** est à votre écoute :

sfc-qualite@unistra.fr

Tel 03 68 85 49 20 / Fax 03 68 85 49 29

Vous pouvez aussi nous faire part de vos mécontentements sur : sfc-reclamation@unistra.fr

Plus de détails sur nos certifications : sfc.unistra.fr - rubrique «la formation continue à l’Université»
Demande de catalogues

Si vous souhaitez recevoir un ou plusieurs catalogues, remplissez le formulaire ci-dessous (*champs obligatoires)

Civilité*  □ Mme  □ M

Nom* ................................................................................................................................................................................

Prénom* .............................................................................................................................................................................

Société* ..............................................................................................................................................................................

Adresse* ...........................................................................................................................................................................

Code postal* ................................... Ville* ...............................................................................................................................................

Pays* ...................................................................................................................................................................................

E-mail ..................................................................................................................................................................................

Téléphone .........................................................................................................................................................................

Inscrivez le nombre de catalogues désiré dans la case correspondante

A retourner sous enveloppe à :
Université de Strasbourg - Service Formation Continue
21, rue du Maréchal Lefebvre 67100 Strasbourg

Ou à faxer au 03 68 85 49 29
Vous pouvez également faire votre demande sur sfc.unistra.fr

Chimie - Biotechnologie - Environnement - Pharmacie
Imagerie médicale - Exploration
Professions de la santé
Gérontologie
Imagerie médicale - Exploration
Journalisme
Métiers de la rééducation
Métiers de l’odontologie
Métiers du sport
Pédicures - Podologues
Pharmacie d’officine
Professions de la santé
Sages-femmes
Social - Médico-social

Audiovisuel - Traduction - Interprétariat
Banque
Biologie médicale
Chimie - Biotechnologie - Environnement - Pharmacie
Entreprises et administration
Gérontologie
Imagerie médicale - Exploration
Journalisme
Métiers de la rééducation
Métiers de l’odontologie
Métiers du sport
Pédicures - Podologues
Pharmacie d’officine
Professions de la santé
Sages-femmes
Social - Médico-social
Crée en 2008, La Fondation Université de Strasbourg a vocation à être un outil de promotion et de catalyse du développement de l’Université de Strasbourg. Elle se veut soutien de l’excellence, garant de la pluridisciplinarité, de la créativité et de l’innovation. Son but principal est de pérenniser les ambitions de l’Université de Strasbourg.

Les dons récoltés par la Fondation vont permettre de dégager des moyens supplémentaires pour la mise en œuvre de la politique de l’Université : soutenir la recherche et la formation, soutenir l’excellence et garantir l’avenir d’une présence universitaire de qualité à Strasbourg, au meilleur niveau international.

fondation.unistra.fr
Nos diplômes
**PERSONNES CONCERNÉES ET PRÉ-REQUIS**

Pour candidater au Master Wellness Management, il faut être titulaire d’un diplôme de niveau bac+3 ou équivalent (3e année de licence STAPS, licence ou bachelor dans les domaines de l’hôtellerie, la restauration, le tourisme ou le commerce en général).

**MODALITÉS D’ADMISSION**

Les modalités d’admission figurent sur le site : https://f3s.unistra.fr

**PRÉSENTATION ET OBJECTIFS**

Unique en France, ce Master vise à former des professionnels de niveau cadre à la gestion de structures de bien-être et de loisirs sportifs – notamment aquatiques – dans ses différentes dimensions (marketing, humaines, techniques, financières…) et avec un objectif de qualité et de performance (notamment commerciale). Sont concernés tous les métiers – existants et à venir – qui associent le bien-être, les loisirs sportifs et a fortiori le tourisme et l’hôtellerie-restauration.

Les métiers visés sont :

- Directeur d’un complexe nautique ou d’un centre sportif privé (golf, tennis, …).
- Responsable d’une base de plein air et de loisirs, Spa Manager, Responsable espace wellness, Responsable balnéothérapie, Coordinateur de séjours touristiques d’aventure et de loisirs, Cadre dans un club hôtelier ou un village vacances, Gérant – exploitant d’une résidence de tourisme, Gérant – exploitant d’un parc de loisirs, Chief Happiness Officer (bien-être en entreprise).

**COMPÉTENCES À L’ISSUE DE LA FORMATION**

- Diagnostiquer une situation donnée pour identifier des besoins
- Concevoir, planifier et programmer un projet adapté au contexte et au public
- Définir une stratégie marketing et de communication adaptée à des fins de commercialisation
- Coordonner et organiser des activités de bien-être et/ou de loisirs
- Produire une étude de marché adaptée à une problématique spécifique
- Gérer un compte d’exploitation
- Définir une stratégie de yield management
- Maîtriser les environnements culturels, sociaux (publics), législatifs, institutionnels (système) et économiques (marchés) du marché du « wellness » et leurs enjeux
- Comprendre et maîtriser un langage technique spécifique (wellness)
- Avoir une maîtrise opérationnelle en anglais et/ou en allemand (niveau C1)
- Maîtriser et exploiter les outils numériques au service de l’intervention (Nympha, Spa Booker, Asterio…)
- Interagir avec un public spécifique avec professionnalisme (attitude adaptée)
- Travailler en groupe et coordonner une équipe

**PROGRAMME**

Semestre 1 :
- UE1 Pratiques et cultures sportives en Europe (30h), UE2 Langues et Outils (28h), UE3 Etudes socio-marketing et méthodologie de la recherche (42h), UE4 Gestion/Management du sport et du bien-être (38h), UE5 Professionnalisation (46h).

Semestre 2 :
- UE1 Langue appliquée (40h), UE2 Outils professionnels (26h), UE3 Etudes socio-marketing et méthodologie de la recherche (34h), UE4 Gestion / management du sport et du bien-être (58h), UE5 Professionnalisation (58h).

Semestre 3 :
- UE1 Langue appliquée (20h), UE2 Connaissance du secteur et innovations (32h), UE3 Etudes socio-marketing et méthodologie de la recherche (34h), UE4 Gestion/Management du sport et du bien-être (58h), UE5 Professionnalisation (60h).

Semestre 4 :
- UE1 Langues et outils (18h), UE2 Outils professionnels (32h), UE3 Etudes socio-marketing et méthodologie de la recherche (26h), UE4 Gestion / management du sport et du bien-être (66h), UE5 Professionnalisation (58h).

**CONTRÔLE DES CONNAISSANCES**

Les modalités d’évaluation sont plurielles et spécifiques à chaque enseignement dispensé. Qu’un module de cours dure 8h ou 16h, il fera l’objet d’une évaluation qui prend souvent la forme d’une restitution des connaissances appliquées à un cas pratique mais qui peut tout aussi bien prendre la forme d’un examen oral ou de la présentation d’une étude de cas des étudiants. A noter enfin qu’un mémoire (encadré par un enseignant) est produit puis soutenu à la fin de l’année.

**ORGANISATION- DÉROULEMENT**

Le Master Wellness Management s’étend sur deux années et s’organise sur le mode de l’alternance à raison de 12 semaines de cours massés à l’Université de Strasbourg (répartis de la façon suivante : une semaine par mois environ). Il s’agit de cours en présentiel et donc de face à face pédagogique entre enseignants et étudiants. Les enseignements interactifs sont privilégiés et mêlent de façon équilibrée contenus théoriques et études de cas concrètes. De manière ponctuelle, des sorties pédagogiques sont organisées – incluant une visite commentée de l’ensemble des établissements concernés (hôtels de luxe avec Spa, piscines, golfs, etc.).

**RESPONSABLE SCIENTIFIQUE**

M. Julien PIERRE, Faculté des Sciences du sport

**MASTER**

**Durée** : 800 heures de cours en présentiel

**En 2019/20**

Session 1 - Réf. : DAE19-0952A du 16 septembre 2019 au 03 juillet 2020

**En 2020/21**

Session 1 - Réf. : DAE20-0952A du 14 septembre 2020 au 02 juillet 2021

**Tarif**

- 3750 € Tarif Master Deuxième Année
- 3750 € Tarif Master Première Année

**Lieu**

Faculté des Sciences du sport
14 Rue René Descartes
Bât. Le portique
BP 80010
67084 Strasbourg Cedex

**Renseignements et inscriptions**

Diane ABELE
Tél : 03 68 85 49 30
Sauf le vendredi après-midi
Fax : 03 68 85 49 29
abele@unistra.fr

**Nature et sanction de la formation**

Cette formation constitue une action d’adaptation et de développement des compétences. Elle permet l’obtention du diplôme d’état Master Sciences et techniques des activités physiques et sportives - Wellness Management inscrit au RNCP sous réserve de satisfaire aux modalités d’évaluation des connaissances et des compétences qui sont portées à la connaissance des stagiaires. La formation donne également lieu à la délivrance d’une attestation de participation.

Des évaluations au cours de la formation permettent de mesurer la satisfaction des stagiaires, notamment concernant l’atteinte des objectifs.
Diplôme d'université Management d'une carrière de sportif professionnel
En présentiel et à distance - En partenariat avec l’Académie Régionale de la Performance

PERSONNES CONCERNÉES ET PRÉ-REQUIS
Sportifs de haut niveau : en voie de professionnalisation, en Pôle, en Centre de formation, professionnels.

PRÉSENTATION ET OBJECTIFS
Ce Diplôme Universitaire de niveau Bac+2 est conçu pour apporter aux sportifs de haut niveau et professionnels les connaissances et le savoir-faire managérial essentiels au pilotage de leurs carrières.

COMPÉTENCES À L’ISSUE DE LA FORMATION
- Maîtriser le contenu de ses contrats de travail (avec clubs, fédérations...) et de ses contrats de partenariat (avec entreprises et collectivités).
- Organiser ses relations avec les médias au niveau international.
- Gérer sa carrière sportive en matière de fiscalité et de gestion du patrimoine.
- Comprendre son environnement (économique, social, réglementaire).
- Construire un projet professionnel de carrière sportive puis de reconversion

PROGRAMME
REPRÉSENTER UN CLUB ET DES SPONSORS

UE 1 - Marketing appliqué au sport professionnel
Gestion d’une image sportive et ses applications : marque, positionnement, ciblage, segmentation produits et services sportifs, droits TV, droits marketing ; Marketing opérationnel ; mix marketing.

UE 2 - Communication appliquée au sport professionnel
Relations publiques, relations médias ; Participation à la sélection de prestataires externes, à la conception d’actions de communication, à l’élaboration d’un plan de communication, à un plan de promotion de ses partenaires ; Utilisation des outils de communication traditionnels et innovants ; Maîtrise des techniques de communication presse, radio ou TV.

SIGNER DES CONTRATS

UE 3 - Le sportif professionnel et sa responsabilité juridique
Principaux types de contrats mobilisés dans le cadre d’une carrière de sportif professionnel ; Règles essentielles de Droit dans le cadre des engagements contractuels ; Notions de base du Droit commercial et Droit des sociétés ; Méthodes de valorisation de son image par la propriété intellectuelle.

UE 4 - Le sportif professionnel acteur de son statut social
Droit du travail appliqué au sport professionnel ; Choix d’un statut social adapté à ses activités de sportif professionnel ; Maîtriser les principaux devoirs et obligations inscrits dans un contrat de travail.

GERER SON ARGENT

UE 5 - Le sportif professionnel et sa fiscalité
Droit du travail appliqué au sport professionnel ; Choix d’un statut social adapté à ses activités de sportif professionnel ; Maîtriser les principaux devoirs et obligations inscrits dans un contrat de travail.

COMPRENDRE SON ENVIRONNEMENT

UE 6 - Le sportif professionnel et la gestion de son patrimoine
Problématiques de constitution, de protection et de gestion de patrimoine ; des notions de rendement et de risque associé à la gestion d’un patrimoine ; Anticipation et organisation d’un arrêt de son activité sportive ; Arbitrage des propositions commerciales émanant d’un conseiller en investissements financiers.

CONNAÎTRE SON ENVIRONNEMENT

UE 7 - Anglais adapté au métier de sportif professionnel
Tenir une conversation simple en anglais dans un contexte international médiatisé.

PREPARER SA RECONVERSION

UE 8 - Construction d’un projet professionnel
Construction et planification d’un projet professionnel post sportif ; Conception d’un curriculum vitae ; valorisation de son expérience et de ses compétences actuelles ; Gestion de la relation avec ses partenaires sportifs et non sportifs ; Optimisation de la gestion de son temps sur le court, moyen et long terme ; Prendre connaissance de textes en langue anglaise.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES
Enseignements théoriques faisant l’objet d’applications pratiques, mise en situation professionnelle et suivi personnalisé grâce au tutorat. Enseignements dispensés, d’une part, sur les lieux d’entraînement par les Académies Régionales de la Performance, d’autre part, à distance, grâce à des outils numériques innovants.

Formation organisée en alternance, financée dans le cadre d’un contrat de professionnalisation, du plan de formation ou d’autres dispositifs prévus dans le cadre de la formation continue.

CONTÔLE DES CONNAISSANCES
Les modalités de contrôle des connaissances se font sous forme de contrôle continu (dossier à rendre, QOM et examen de fin d’année) ainsi qu’un suivi personnalisé : tutorat / bilan trimestriel

MODALITÉS D’ADMISSION
Etre inscrit sur les listes ministérielles de haut niveau ; être en centre de formation (en contrat ou en convention) ; être un sportif fortement impliqué dans son activité et ayant validé un baccalauréat général

COORDINATEUR SCIENTIFIQUE
Gary TRIBOU, Professeur des universités, Responsable de la filière Management du sport, Faculté des Sciences du Sport, Université de Strasbourg.

COORDINATEUR PÉDAGOGIQUE
Philippe GONGIAM, Directeur du Développement, Académie de la Performance - philippe.gongiam@sport.pro.eu - philippe.gongiam@orange.fr

DURÉE : 600 heures
En 2019/20
Référence : DAE19-0199A
da l’1 octobre 2019
au 17 juin 2020
Tarif
6588 € + droits Universitaires
Possibilité d’inscription pour une ou plusieurs UE. (Tarifs ; nous contacter)
Lieu
CREPS Strasbourg, INSEP Paris et Maison Départementale des Sports Metz
Adresse
67000 Strasbourg
Renonciements et inscriptions
Diane ABELÉ
Tél : 03 68 85 49 30
Sauf le vendredi après-midi
Fax : 03 68 85 49 29
abele@unistra.fr
Nature et sanction de la formation
Cette formation constitue une action d’adaptation et de développement des compétences. Elle permet l’obtention d’un diplôme d’université sous réserve de satisfaire aux modalités d’évaluation des connaissances et des compétences qui sont portées à la connaissance des stagiaires. La formation donne également lieu à la délivrance d’une attestation de participation.
Des évaluations au cours de la formation permettent de mesurer la satisfaction des stagiaires ainsi que l’atteinte des objectifs de formation (connaissances, compétences, adhésion, confiance) selon les niveaux 1 et 2 du modèle d’évaluation de l’efficacité des formations Kirkpatrick.

Fax : 03 68 85 49 29
Tél : 03 68 85 49 30
Diane ABELÉ
Tél : 03 68 85 49 30
Fax : 03 68 85 49 29
abele@unistra.fr
Nature et sanction de la formation
Cette formation constitue une action d’adaptation et de développement des compétences. Elle permet l’obtention d’un diplôme d’université sous réserve de satisfaire aux modalités d’évaluation des connaissances et des compétences qui sont portées à la connaissance des stagiaires. La formation donne également lieu à la délivrance d’une attestation de participation.
Des évaluations au cours de la formation permettent de mesurer la satisfaction des stagiaires ainsi que l’atteinte des objectifs de formation (connaissances, compétences, adhésion, confiance) selon les niveaux 1 et 2 du modèle d’évaluation de l’efficacité des formations Kirkpatrick.

Fax : 03 68 85 49 29
Tél : 03 68 85 49 30
Diane ABELÉ
Tél : 03 68 85 49 30
Fax : 03 68 85 49 29
abele@unistra.fr
Nature et sanction de la formation
Cette formation constitue une action d’adaptation et de développement des compétences. Elle permet l’obtention d’un diplôme d’université sous réserve de satisfaire aux modalités d’évaluation des connaissances et des compétences qui sont portées à la connaissance des stagiaires. La formation donne également lieu à la délivrance d’une attestation de participation.
Des évaluations au cours de la formation permettent de mesurer la satisfaction des stagiaires ainsi que l’atteinte des objectifs de formation (connaissances, compétences, adhésion, confiance) selon les niveaux 1 et 2 du modèle d’évaluation de l’efficacité des formations Kirkpatrick.
PERSONNES CONCERNÉES ET PRÉ-REQUIS
Titulaires du baccalauréat OU personnes ayant une expérience personnelle et professionnelle significative dans les métiers de la forme.
L’entrée en formation se fait sur sélection. Le candidat doit être titulaire du baccalauréat ou équivalent. La décision de la Commission dépend de plusieurs éléments : dossier de présentation de votre projet professionnel, lettre de motivation, tests de sélection (défis sur le site Faculté des Sciences du Sport), validation d’acquis.
Tous les candidats doivent être titulaires du PSC1 (Prévention et Secours Civiques de Niveau 1) – attestatation à fournir obligatoirement (anciennement AFPS : attestation de formation aux premiers secours). Attention : ne pas confondre avec l’attestation de présence pour la journée défense et citoyenneté (ex-JAPD).
Les candidats retenus doivent obligatoirement effectuer leur formation sous contrat avec un employeur, en signant un contrat d’apprentissage (pour les jeunes de moins de 26 ans et les demandeurs d’emploi) ou un contrat de professionnalisation.

DÉBOUCHÉS PROFESSIONNELS
> Les clubs de forme, les opérateurs du tourisme, le secteur de la thalassothérapie et du thermalisme.
> Les collectivités territoriales (sociétés d’économie mixte : centres de loisirs, centres aquatiques en gestion directe ou en gestion déléguée, etc.)
> Les associations sportives proposant des prestations d’activités de forme.
> Activité libérale dans les domaines du Personal Training.

CONTEXTE
Le DEUST Métiers de la Forme est un diplôme permettant de travailler légalement dans le secteur des activités de la forme et d’y enseigner contre rémunération. C’est un niveau de qualification professionnelle à BAC +2 (niveau 3) qui délivre un diplôme de Technicien Supérieur des Métiers de la forme. Ce diplôme est homologué par l’Etat et inscrit au Registre National des Certifications Professionnelles (RNCP). Il est accrédité par Europe Active sur les niveaux de qualification : Fitness Instructor, Group Fitness Instructor et Personal Trainer. Cette reconnaissance récompense l’investissement de l’équipe pédagogique et des partenaires en faveur de la qualité et du développement de la formation. Cette accréditation porte la visibilité de la formation à l’échelle européenne, facilitant ainsi la mobilité internationale et l’insertion professionnelle des diplômé(e)s.

COMPÉTENCES À L’ISSUE DE LA FORMATION
> Intervenir en tant que professionnel polyvalent pour animer et enseigner des activités de la forme.
> Assister efficacement les directeurs d’exploitation, notamment dans les structures privées marchandes des activités de la forme.
> Evaluer et orienter le pratiquant.
> Analyser le fonctionnement anatomo-physiologique du pratiquant.
> Communiquer en situation professionnelle.
> Adapter son comportement à l’environnement professionnel et s’insérer dans le secteur des activités de la forme.

PROGRAMME
> Le cadre économique et commercial du secteur professionnel (90h)
> Accueil et évaluation du pratiquant (93h)
> Anatomie, physiologie, biomécanique adaptées aux techniques de la forme (206h)
> Méthodes, techniques et pédagogie des activités de mise en forme : Aerobic, LiA, Step, Hip Hop, Pump, Pilates, Aquafitness (476h)
> Techniques de communication et outils de gestion (198h)
> Le cadre légal et réglementaire du secteur (68h)
> Le cadre technique et technologique du secteur (42h)
> Professionnalisation dans le cadre de l’alternance en entreprise (1000 heures/an minimum) et réalisation d’un rapport de projet professionnel.

CONTRÔLE DES CONNAISSANCES
Les modalités de contrôle des connaissances figurent sur le site : https://f3s.unistra.fr/formations/

MODALITÉS D’ADMISSION
Les modalités d’admission figurent sur le site : https://f3s.unistra.fr/formations/

RESPONSABLE SCIENTIFIQUE
M. Mourad BOUKHARI, Maître de Conférences associé, Faculté des Sciences du Sport.
M. Claude KARCHER, Faculté des Sciences du Sport.
Courriel : mboukhari@unistra.fr
claude.karcher@unistra.fr
Licence professionnelle Commercialisation des produits et services sportifs

**DIPLÔME D’ÉTAT**

**DURÉE**

600 heures

**EN 2019/20**

**RÉFÉRENCE**

DAE19-0200A

du 23 septembre 2019

au 17 septembre 2020

**TARIF**

5490 €

**LIEU**

Faculté des Sciences du Sport

14 rue René Descartes

Bâtiment Le Portique

67084 Strasbourg Cedex

Renseignements et inscriptions

Diane ABELÉ

Tél : 03 68 85 49 30

Fax : 03 68 85 49 29

abele@unistra.fr

**PERSONNES CONCERNÉES ET PRÉ-REQUIS**

Personnes cherchant à évoluer vers des postes de :

- Chef de rayon, animateur des ventes, adjoint de direction, responsable de magasin, directeur de centres de profit, responsable de régions, dans le commerce
- Commerciaux, merchandiser, promoteur des ventes, responsable comptes clefs, chef des ventes chez les fabricants d’articles de sport.

Être titulaire d’un bac+2 (2ème année de licence STAPS ou BTS ou DUT dans le secteur du commerce, de la distribution) ou d’un titre de niveau III du Ministère du Travail ou justifier d’une expérience professionnelle significative.

**MODALITÉS D’ADMISSION**

L’admission se fera en trois temps :

- pré-candidature sur Ecandidat
- entretien de sélection avec les responsables et enseignants du diplôme.
- l’étudiant ne pourra intégrer la formation que dans le cadre de l’alternance : contrat d’apprentissage ou contrat de professionnalisation ou plan de formation de l’entreprise.

**COMPÉTENCES À L’ISSUDE DE LA FORMATION**

> Vendre et animer commercialement une équipe de vente.
> Connaître l’ensemble des produits formant son rayon, centre de profit (techniques produits, connaissance technique et utilisation)
> Manager une équipe de vente, avoir des connaissances en ressources humaines, droit du travail...
> Gérer un rayon, un département, un univers, un centre de profit...
> Piloter un centre de profit de manière autonome.

**PROGRAMME**

Techniques de vente : négociation commerciale, Techniques de vente B to C

Techniques produits : manipulation et utilisation de produits spécifiques aux pratiques sportives

Outils et Méthodes : techniques de recherche d’embauche, Langues, anglais, Outil bureautique : Excel, Outils Web : vente en ligne et réseaux sociaux

Droit : Droit du travail, des sociétés, de la consommation, Législation commerciale

Projet tutoré, Mémoire

Marketing du sport : les bases du marketing, Marketing des distributeurs d’articles, Méthode des études dans la distribution, Sociologie des consommations sportives

Socio économie du Sport : sociologie démographie des pratiques sportives, Économie du sport

Recherche et développement produits : Physiologie et outils, Anatomie appliquée, Biomécanique et outils, Nutrition et alimentation du sportif, Développement et usage de biens sportifs

Comptabilité Finance : Comptabilité générale d’entreprise, Comptabilité analytique, Économie du point de vente (gestion des stocks et approvisionnement)

Animation et gestion du point de vente : Merchandising et communication sur le lieu de vente, Evénementiel sportif et partenariats sportifs, Evénement et opérations commerciales, Management des relations humaines

**MÉTHODES PÉDAGOGIQUES**

Formation proposée en alternance : contrat d’apprentissage ou contrat de professionnalisation ou plan de formation de l’entreprise.

Les cours théoriques et techniques, dispensés par l’université, représentent 30% de la formation, pour un total de 600 heures. 30% de ces enseignements sont dispensés par des professionnels du secteur concerné (interventions au sein de l’université).

**CONTRÔLE DES CONNAISSANCES**

Les modalités de contrôle des connaissances figurent sur le site : https://f3s.unistra.fr/formations/

**RESPONSABLE SCIENTIFIQUE**

PICHOT Lilian, Maître de conférences, Faculté des Sciences du Sport, Université de Strasbourg.

**RESPONSABLE DE LA FORMATION**

DIORY Damien, responsable du Diplôme, Enseignant à la Faculté des Sciences du Sport, Université de Strasbourg.
Diplôme d’université Personal Trainer

PERSONNES CONCERNÉES
Les secteurs d’activités concernés par ce DU sont larges et englobent sans pour autant s’y limiter, les secteurs suivants :
> Le secteur privé marchand : clubs de remise en forme, opérateurs du tourisme, clubs de vacances, centres de thalassothérapie ou de thermalisme…
> Le secteur associatif : associations sportives, associations d’entreprises
> Le secteur public : services des sports et de l’animation des collectivités locales, centres de loisirs, centres hospitaliers ou de réadaptation
> Le secteur libéral : intervention de prise en charge des pratiquants à domicile, en entreprise ou en extérieur.

PRÉ-REQUIS
Le DU « Personal Trainer » s’adresse aux professionnels des activités de la forme, déjà titulaires de diplômes reconnus, leur permettant d’intervenir en toute légalité dans ce secteur d’activité (Brevet d’État des Métiers de la Forme, Deust Métiers de la Forme, Licence Entraînement Sportif, Master Entraînement Sport & Santé, BPJEPS AGFF,…)

CONTEXTE
Le DU « Personal Trainer » est conçu pour répondre aux besoins de formation complémentaire des professionnels des activités de la forme, dans une vision volontairement élargie de leurs activités allant de la prise en charge du sportif compétiteur au patient déconditionné. En effet, ces profils de pratiquants correspondent aux profils actualisés sur le terrain par les professionnels des activités de la forme qui développent des prestations de prise en charge individuelle. Le dynamisme de ce secteur d’activité génère des besoins de formation complémentaire afin de suivre l’émergence des nouvelles méthodes, techniques et outils de prise en charge des pratiquants.

COMPÉTENCES À L’ISSUE DE LA FORMATION
> Mettre en place un programme d’activité physique individualisé du pratiquant.
> Optimiser la performance sportive et le développement des qualités physiques.
> Intervenir en prévention primaire et/ou secondaire dans le domaine sport-santé.
> Prendre en compte les dimensions nutritionnelles et mentales.
> Proposer une activité professionnelle et structurée.

PROGRAMME
Le DU Personal Trainer est articulé autour de 5 modules qui couvrent les thématiques suivantes :
Module 1 : Exercice & Performance (66h)
- Bilan des qualités physiques du pratiquant sportif.
- Méthodes et techniques d’amélioration des variantes de la force musculaire du pratiquant.
- Méthodes et techniques d’amélioration du potentiel aérobie du pratiquant.
Module 2 : Exercice & Santé (35h)
- Bilan des qualités physiques du sujet sédentaire et de la personne déconditionnée.
- Méthodes et techniques d’exercice dans le contexte de la prévention primaire.
- Méthodes et techniques d’exercice dans le contexte de la prévention secondaire.
Module 3 : Nutrition, Santé & Performance (28h)
- Bases de la diététique.
- Conseils adaptés à un pratiquant sportif à la recherche de performance.
- Conseils adaptés à un sujet sédentaire et/ou déconditionné à des fins de santé.
Module 4 : Accommodation et préparation mentale du pratiquant (28h)
- Profils psychologiques des pratiquants et adaptation de son comportement professionnel.
- Méthodes et techniques de préparation mentale en vue d’un objectif sportif.
- Méthodes et techniques d’accompagnement mental en prévention primaire et secondaire.
Module 5 : Entrepreneuriat & Outils (28h)
- Statuts, types de contrat et cadre juridique de l’activité professionnelle.
- Bases de la comptabilité et de la gestion financière de l’activité du Personal Trainer.
- Gestion d’un fichier client.
- Répétition du Personal Trainer.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES
Enseignements théoriques et enseignements pratiques.

CONTRÔLE DES CONNAISSANCES
Les modalités de contrôle des connaissances figurent sur le site : https://f3s.unistra.fr/formations/

MODALITÉS D’ADMISSION
Les modalités d’admission figurent sur le site : https://f3s.unistra.fr/formations/

RESPONSABLE SCIENTIFIQUE
M. Stéphane DUFOUR, Maître de Conférences, Faculté des Sciences du Sport.
Courriel : sdufour@unistra.fr
M. Mourad Boukhari, Maître de Conférences associé, Faculté des Sciences du Sport.
Courriel : mboukhari@unistra.fr

PASS’COMPÉTENCES UNIVERSITAIRE
Chaque module de ce diplôme peut être suivi et validé séparément, permettant ainsi d’obtenir le diplôme en 2 à 5 ans. Un Pass’Compétences Universitaire sera remis à l’issue de chaque module et permettra de suivre l’évolution du parcours personnalisé.
Nos stages courts
Exercice & Performance

PERSONNES CONCERNÉES
Les secteurs d’activités concernés par ce stage court sont larges et englobent sans pour autant s’y limiter, les secteurs suivants :

- Le secteur privé marchand : clubs de remise en forme, opérateurs du tourisme, clubs de vacances, centres de thalassothérapie ou de thermalisme…
- Le secteur associatif : associations sportives, associations d’entreprises
- Le secteur public : services des sports et de l’animation des collectivités locales, centres de loisirs, centres hospitaliers ou de réadaptation
- Le secteur libéral : intervention de prise en charge des pratiquants à domicile, en entreprise ou en extérieur.

PRÉ-REQUIS
Le module Exercice & Performance s’adresse aux professionnels des activités de la forme, déjà titulaires de diplômes reconnus, leur permettant d’intervenir en toute légalité dans ce secteur d’activité (Brevet d’Etat des Métiers de la Forme, Deust Métiers de la Forme, Licence Entraînement Sportif, Master Entraînement Sport & Santé,...).

PRÉSENTATION ET OBJECTIFS
Le stage court « Personal Trainer : Exercice & Performance » est conçu pour répondre aux besoins de formation complémentaire des professionnels des activités de la forme, notamment en matière d’évaluation et de développement des qualités physiques du pratiquant sportif. A ce titre, il constitue le module 1 du Diplôme d’Université « Personal Trainer ». Les contenus de cours de ce stage sont basés, en concertation avec des professionnels des activités de la forme, de manière à privilégier le lien théorie/pratique.

COMPÉTENCES À L’ISSUE DE LA FORMATION
- Évaluer et faire un bilan des qualités physiques du pratiquant sportif.
- Proposer des méthodes et techniques d’amélioration des variantes de la force musculaire du pratiquant.
- Proposer des méthodes et techniques d’amélioration du potentiel aérobie du pratiquant.

PROGRAMME
Le module Exercice & Performance est articulé autour des 3 thématiques suivantes :

- Partie 1 : Evaluation et bilan des qualités physiques du pratiquant sportif (28h)
- Partie 2 : Mise en place des méthodes et techniques d’amélioration du potentiel aérobie et des variantes de la force musculaire du pratiquant
  > Méthodes et techniques d’amélioration des variantes de la force musculaire du pratiquant : force max, force explosive, endurance de force... (19h)
  > Méthodes et techniques d’amélioration du potentiel aérobie du pratiquant : puissance et capacité aérobie, coût énergétique... (19h)

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES
Enseignements théoriques et enseignements pratiques.

RESPONSABLE SCIENTIFIQUE
M. Stéphane DUFOUR, Maître de Conférences, Faculté des Sciences du Sport.
Courriel : sdufour@unistra.fr

M. Mourad Boukhari, Maître de conférences associé, Faculté des Sciences du Sport.
Courriel : mboukhari@unistra.fr

PASS’COMPÉTENCES UNIVERSITAIRE
Ce stage constitue un module du diplôme d’université Personal Trainer. Chaque module de ce diplôme peut être suivi et validé séparément, permettant ainsi d’obtenir le diplôme en 2 à 5 ans. Un Pass’Compétences Universitaire sera remis à l’issue de chaque module et permettra de suivre l’évolution du parcours personnalisé.
PERSONNES CONCERNÉES
Les secteurs d’activités concernés par ce stage court sont larges et englobent sans pour autant s’y limiter, les secteurs suivants :
- Le secteur privé marchand : clubs de remise en forme, opérateurs du tourisme, clubs de vacances, centres de thalassothérapie ou de thermalisme…
- Le secteur associatif : associations sportives, associations d’entreprises,
- Le secteur public : services des sports et de l’animation des collectivités locales, centres de loisirs, centres hospitaliers ou de réadaptation,
- Le secteur libéral : intervention de prise en charge des pratiquants à domicile, en entreprise ou en extérieur.

PRÉ-REQUIS
Le stage court « Personal Trainer : Exercice & Santé » s’adresse aux professionnels des activités de la forme, déjà titulaires de diplômes reconnus, leur permettant d’intervenir en toute légalité dans ce secteur d’activité (Brevet d’Etat des Métiers de la Forme, Deust Métiers de la Forme, Licence Entraînement Sportif, Master Entraînement Sport & Santé,…)

CONTEXTE
Le stage court « Personal Trainer : Exercice & Santé » est conçu pour répondre aux besoins de formation complémentaire des professionnels des activités de la forme, notamment en matière d’intervention en prévention primaire et secondaire. À ce titre, il constitue le module 2 du Diplôme d’Université « Personal Trainer ». Les contenus de cours de ce stage sont pensés, en concertation avec des professionnels des activités de la forme, de manière à privilégier le lien théorie/pratique.

COMPÉTENCES À L’ISSUE DE LA FORMATION
> Évaluer et faire un bilan des qualités physiques du sujet sédentaire et de la personne déconditionnée.
> Proposer des méthodes et techniques d’exercice dans le contexte de la prévention primaire.
> Proposer des méthodes et techniques d’exercice dans le contexte de la prévention secondaire

PROGRAMME
Le module « Personal Trainer : Exercice & Santé » est articulé autour des 3 thématiques suivantes :
> Thème 1 : Tests des qualités physiques et bilan/profil du sujet sédentaire et de la personne déconditionnée (8h)
> Thème 2 : Méthodes et techniques d’exercice dans le contexte de la prévention primaire : perte de poids, femme enceinte, public sénior…(13h)
> Thème 3 : Méthodes et techniques d’exercice dans le contexte de la prévention secondaire : troubles musculo-squelettiques, métaboliques, pathologies chroniques… (14h)

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES
Enseignements théoriques et enseignements pratiques.

RESPONSABLES SCIENTIFIQUES
Stéphane DUFOUR, Maître de Conférences, Facultés des Sciences du Sport.
Courriel : sdufour@unistra.fr
Mourad BOUKHARI, Maître de conférences associé, Facultés des Sciences du Sport.
Courriel : mboukhari@unistra.fr

PASS’COMPÉTENCES UNIVERSITAIRE
Ce stage constitue un élément du "Diplôme d’université Personal Trainer"
PERSONNES CONCERNÉES
Les secteurs d’activités concernés par ce stage court sont larges et englobent sans pour autant s’y limiter, les secteurs suivants :
- Le secteur privé marchand : clubs de remise en forme, opérateurs du tourisme, clubs de vacances, centres de thalassothérapie ou de thermalisme…
- Le secteur associatif : associations sportives, associations d’entreprises.
- Le secteur public : services des sports et de l’animation des collectivités locales, centres de loisirs, centres hospitaliers ou de réadaptation.
- Le secteur libéral : intervention de prise en charge des pratiquants à domicile, en entreprise ou en extérieur.

PRÉ-REQUIS
Le module Nutrition, Santé & Performance s’adresse aux professionnels des activités de la forme, déjà titulaires de diplômes reconnus, leur permettant d’intervenir en toute légalité dans ce secteur d’activité (Brevet d’Etat des Métiers de la Forme, Deust Métiers de la Forme, Licence Entraînement Sportif, Master Entraînement Sport & Santé,…)

CONTEXTE
Le stage court « Personal Trainer : Nutrition, Santé & Performance » est conçu pour répondre aux besoins de formation complémentaire des professionnels des activités de la forme, notamment en matière d’accompagnement nutritionnel du pratiquant avec des objectifs d’optimisation de la performance sportive ou de prise en charge en prévention primaire ou secondaire. A ce titre, il constitue le module 3 du Diplôme d’Université « Personal Trainer ». Les contenus de cours de ce stage sont pensés, en concertation avec des professionnels des activités de la forme, de manière à privilégier le lien théorie/pratique.

COMPÉTENCES À L’ISSUE DE LA FORMATION
- Maîtriser les bases de la diététique.
- Proposer des conseils adaptés à un pratiquant sportif à la recherche de performance.
- Proposer des conseils adaptés à un sujet sédentaire et/ou déconditionné à des fins de santé.

PROGRAMME
Le module Nutrition, Santé & Performance est articulé autour des 3 thématiques suivantes :
- Thème 1 : Les bases de la diététique : digestion, métabolisme énergétique, équilibre alimentaire…(11h)
- Thème 2 : Des conseils nutritionnels adaptés à un pratiquant dans un objectif d’optimisation de la performance : stratégies nutritionnelles avant, pendant et après l’effort…(10h)
- Thème 3 : Des conseils nutritionnels adaptés à un sujet sédentaire et/ou déconditionné à des fins de santé : dérives nutritionnelles, inflammation…(7h)

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES
Enseignements théoriques et enseignements pratiques.

RESPONSABLES SCIENTIFIQUES
Stéphane DUFOUR, Maître de Conférences, Facultés des Sciences du Sport. Courriel : sdufour@unistra.fr
Mourad BOUKHARI, Maître de conférences associé, Facultés des Sciences du Sport. Courriel : mboukhari@unistra.fr

PASS’COMPÉTENCES UNIVERSITAIRE
Ce stage constitue un module du diplôme d’université Personal Trainer. Chaque module de ce diplôme peut être suivi et validé séparément, permettant ainsi d’obtenir le diplôme en 2 à 5 ans. Un Pass’Compétences Universitaire sera remis à l’issue de chaque module et permettra de suivre l’évolution du parcours personnalisé.
Accompagnement et préparation mentale du pratiquant

PERSONNES CONCERNÉES
Les secteurs d’activités concernés par ce stage court sont larges et englobent sans pour autant s’y limiter, les secteurs suivants :
- Le secteur privé marchand : clubs de remise en forme, opérateurs du tourisme, clubs de vacances, centres de thalassothérapie ou de thermalisme…
- Le secteur associatif : associations sportives, associations d’entreprises,
- Le secteur public : services des sports et de l’animation des collectivités locales, centres de loisirs, centres hospitaliers ou de réadaptation.
- Le secteur libéral : intervention de prise en charge des pratiquants à domicile, en entreprise ou en extérieur.

PRÉ-REQUIS
Le module « Accompagnement et Préparation mentale du pratiquant » s’adresse aux professionnels des activités de la forme, déjà titulaires de diplômes reconnus, leur permettant d’intervenir en toute légalité dans ce secteur d’activité (Brevet d’Etat des Métiers de la Forme, Deust Métiers de la Forme, Licence Entraînement Sportif, Master Entraînement Sport & Santé,…).

CONTEXTE
Le stage court « Personal Trainer : Accompagnement & Préparation mentale du pratiquant » est conçu pour répondre aux besoins de formation complémentaire des professionnels des activités de la forme, notamment afin de prendre en compte la dimension psychologique du pratiquant dans l’individualisation des programmes d’exercice. À ce titre, il constitue le module 4 du Diplôme d’Université « Personal Trainer ». Les contenus de cours de ce stage sont pensés, en concertation avec des professionnels des activités de la forme, de manière à privilégier le lien théorie/pratique.

COMPÉTENCES À L’ISSUE DE LA FORMATION
> Identifier les profils psychologiques des pratiquants et adapter son comportement professionnel.
> Proposer des méthodes et techniques de préparation mentale en vue d’un objectif sportif.
> Proposer des méthodes et techniques d’accompagnement mental en prévention primaire et secondaire.
> Intégrer l’accompagnement et la préparation mentale dans l’individualisation des programmes d’exercices proposés au pratiquant.

PROGRAMME
Le module Accompagnement et Préparation mentale du pratiquant est articulé autour des 3 thématiques suivantes :
> Thème 1 : Profils psychologiques des pratiquants et adapter son comportement professionnel : notions de besoins et motivations (6h)
> Thème 2 : Méthodes et techniques de préparation mentale en vue d’un objectif sportif (12h)
> Thème 3 : Méthodes et techniques d’accompagnement mental en prévention primaire et secondaire (10h)

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES
Enseignements théoriques et enseignements pratiques.

RESPONSABLES SCIENTIFIQUES
Stéphane DUFOUR, Maître de Conférences, Faculté des Sciences du Sport.
Courriel : sdufour@unistra.fr
Mourad BOUKHARI, Maître de conférences associé, Faculté des Sciences du Sport.
Courriel : mboukhari@unistra.fr

PASS’COMPÉTENCES UNIVERSITAIRE
Ce stage constitue un module du diplôme d’université Personal Trainer. Chaque module de ce diplôme peut être suivi et validé séparément, permettant ainsi d’obtenir le diplôme en 2 à 5 ans. Un Pass’Compétences Universitaire sera remis à l’issue de chaque module et permettra de suivre l’évolution du parcours personnalisé.
PERSONNES CONCERNÉES
Les secteurs d’activités concernés par ce stage court sont larges et englobent sans pour autant s’y limiter, les secteurs suivants :
- Le secteur privé marchand : clubs de remise en forme, opérateurs du tourisme, clubs de vacances, centres de thalassothérapie ou de thermalisme…
- Le secteur associatif : associations sportives, associations d’entreprises.
- Le secteur public : services des sports et de l’animation des collectivités locales, centres de loisirs, centres hospitaliers ou de réadaptation.
- Le secteur libéral : intervention de prise en charge des pratiquants à domicile, en entreprise ou en extérieur.

CONDITIONS D’ACCÈS ET PRÉ-REQUIS
Le module Entreprenariat & Outils s’adresse aux professionnels des activités de la forme, déjà titulaires de diplômes reconnus, leur permettant d’intervenir en toute légalité dans ce secteur d’activité (Brevet d’Etat des Métiers de la Forme, Deust Métiers de la Forme, Licence Entraînement Sportif, Master Entraînement Sport & Santé,…).

CONTEXTE
Le stage court « Personal Trainer : Entreprenariat & Outils » est conçu pour répondre aux besoins de formation complémentaire des professionnels des activités de la forme, notamment afin de leur permettre de développer des prestations de Personal Training efficacement. A ce titre, il constitue le module 5 du Diplôme d’Université « Personal Trainer ». Les contenus de cours de ce stage sont pensés, en concertation avec des professionnels des activités de la forme, de manière à privilégier le lien théorie/pratique.

COMPÉTENCES À L’ISSUE DE LA FORMATION
> Connaître les statuts, types de contrat et le cadre juridique de l’activité professionnelle
> Connaître les bases de la comptabilité et de la gestion financière de l’activité du Personal Trainer.
> Savoir créer et protéger la réputation du Personal Trainer.

PROGRAMME
Le module Entreprenariat & Outils est articulé autour des 3 thématiques suivantes :
> Thème 1 : Droit du travail et cadre juridique des activités de la forme : statuts, contraintes, responsabilités,… (7h)
> Thème 2 : Comptabilité et gestion des activités du Personal Trainer : analyse et pilotage d’un compte d’exploitation,…(7h)
> Thème 3 : Commercialisation des prestations en Personal Training : bases, intérêts et utilisation du fichier client,… (7h)
> Thème 4 : Communication du Personal Trainer : stratégies, outils, réputation,… (7h)

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES
Enseignements théoriques et enseignements pratiques.

RESPONSABLES SCIENTIFIQUES
Stéphane DUFOUR, Maître de Conférences, Faculté des Sciences du Sport.
Courriel : sdufour@unistra.fr
Mourad BOUKHARI, Maître de conférences associé, Faculté des Sciences du Sport.
Courriel : mboukhari@unistra.fr

PASS’COMPÉTENCES UNIVERSITAIRE
Ce stage constitue un module du diplôme d’université Personal Trainer. Chaque module de ce diplôme peut être suivi et validé séparément, permettant ainsi d’obtenir le diplôme en 2 à 5 ans. Un Pass’Compétences Universitaire sera remis à l’issue de chaque module et permettra de suivre l’évolution du parcours personnalisé.
L’activité physique, un outil de santé

PERSONNES CONCERNÉES / PRÉREQUIS
Professionnels de santé (médecins, pharmaciens, infirmiers, masseurs kinésithérapeutes, ergothérapeutes, psychomotriciens).
Professionnels du sport et de l’activité physique et professionnels de l’activité physique adaptée santé (APAS) (éducateurs physiques et sportifs ayant un diplôme tels que BP, BF, BPJEPS, licence et master Staps, diplômes fédéraux).

COMPÉTENCES À L’ISSUE DE LA FORMATION
> Comprendre la notion de développement du capital santé et son maintien le plus longtemps possible.
> Analyser et appliquer les textes législatifs sur la prescription médicale de l’activité physique aux patients en affection de longue durée (ALD).
> Evaluer les limites fonctionnelles relevant de la prise en charge des patients en ALD et construire les procédures en découlant.
> Conceptualiser et appliquer la mise en œuvre de la prescription médicale d’activité physique et sportive (APS) aux patients dans le cadre de la prévention secondaire et tertiaire.
> Mettre en œuvre la prévention primaire par l’APS en faveur de la population en général et en particulier des populations fragilisées.
> Apprendre sur le terrain plusieurs types d’activités physiques et sportives pouvant être proposés à ces publics.

PROGRAMME
Mise à jour des connaissances
- Rappel succinct de la physiologie et de la physiopathologie de l’exercice, notions de déconditionnement et de reconditionnement.
- Effets bénéfiques et délétères de l’APS sur la santé aux différents âges de la vie, en particulier chez l’enfant et pour le bien vieillir.
- Effets bénéfiques de l’APS dans les affections chroniques et états morbides : maladies métaboliques (diabète, obésité), cancers, maladies cardiovasculaires et respiratoires, affections neurologiques et affections de l’appareil locomoteur.
- Place de l’alimentation avec une diététicienne.
- Aspects règlementaires, outils organisationnels ; notions d’applications à la géographie urbaine.

Ateliers pratiques
- Entretien et renforcement musculaire, fitness, Qi-Gong, contrôle proprioceptif et d’équilibre, exercices respiratoires.
- Sports : marche nordique, vélo, aqua gym, pilates, ergomètres ; exposé sur la natation.

Moyens d’évaluation : VO2 max, test marche 6mn et autres test physiques ; notions succinctes sur l’apport des outils connectés d’évaluation et de suivi.

Exploitation des connaissances acquises
- Entretien motivationnel.
- Evaluation des limites fonctionnelles relevant de la prise en charge des ALD et construction des procédures en découlant.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES
Exposés théoriques.
Ateliers pratiques.
Echanges et discussions.

RESPONSABLES SCIENTIFIQUES
Mme Marie-Eve ISNER-HOROBETI, Professeur à la Faculté de Médecine, Service de Médecine Physique et de Réadaptation, Insitut Universitaire de Réadaptation Clémenceau de Strasbourg.
M. Jehan LECOCQ, Professeur conventionné, Service de Physiologie et Exploration fonctionnelle des Hôpitaux Universitaires de Strasbourg, ancien Président de la Société Française de Médecine de l’exercice et du sport.
Activités physiques adaptées, sports, cancers

PERSONNES CONCERNÉES / PRÉREQUIS
Médecins, infirmiers diplômés d’état, kinésithérapeutes, éducateurs physiques et sportifs, licence STAPS.

COMPÉTENCES À L’ISSUE DE LA FORMATION
> Connaître les effets bénéfiques et secondaires des traitements.
> Mettre en lien les interactions entre cancers, traitement et activité physique.
> Découvrir et mettre en pratique des techniques d’entraînement physique, encadrement, vigilance.

PROGRAMME
Mise à jour des connaissances :
> Traitements en cancérologie : grands principes, toxicité, bénéfices, effets secondaires, physiques et psychiques.
> Suivi et surveillance pendant les traitements.
> Physiologie de l’activité physique et effets métaboliques.
> Mise en place de programmes d’entraînements personnalisés.
> Fatigue perçue et fatigue neuromusculaire chez le patient atteint de cancer.
> Mécanisme cellulaire du déconditionnement musculaire lié au cancer et bénéfice de l’activité physique.

Analyse des pratiques et ateliers :
> Elaboration d’un programme d’entraînement : du cas clinique à la pratique.
> Intervention du kinésithérapeute sur la prise en charge du patient.
> Échanges et discussions avec les enseignants sur les difficultés rencontrées en situations réelles.

MÉTHODES PEDAGOGIQUES
Exposés théoriques, ateliers pratiques, échanges interactifs.

RESPONSABLES SCIENTIFIQUES
M. Roland SCHOTT, Oncologue médical, Département de Médecine Oncologique, Centre de Lutte Contre le Cancer Paul Strauss à Strasbourg.
Mme Evelyne LONSDORFER, Maître de Conférences, Paticien hospitalier, Unité de l’Exercice et Médecine du sport, Service de Physiologie et Explorations fonctionnelles, Hôpitaux universitaires de Strasbourg.
Courriel : evelyne.lonsdorfer@chru-strasbourg.fr
M. Allan PAGANO, Maître de Conférence de la faculté des sciences du sport, Université de Strasbourg
M. Thomas HUREAU, Maître de Conférences de la faculté des sciences du sport, Université de Strasbourg

ANIMATION
Mme Audren BOUSSINIERE, kinésithérapeute, Centre Paul Strauss, Strasbourg.
M. Johan PASCAL, éducateur physique au Rowing Club de Strasbourg, spécialisé en cancérologie.
M. Joris MALLARD, référent de l’activité physique adapté, Centre de Lutte Contre le Cancer Paul Strauss, Strasbourg, doctorant en physiologie de l’exercice, faculté des sciences du sport, Université de Strasbourg
Mme Elysé HUCTEAU, référente de l’activité physique adapté, Centre de Lutte Contre le Cancer Paul Strauss, Strasbourg, doctorante en physiologie de l’exercice, faculté des sciences du sport, Université de Strasbourg

STAGE INTER ÉTABLISSEMENTS
Durée : 2 jours
En 2020
Référence : TPN19-0463A du 19 mars 2020 au 20 mars 2020
Tarif
730 €
Repas de midi pris en charge par les organisateurs
Lieu
Centre Paul Strauss
3 rue de la Porte de l’Hôpital
67000 Strasbourg

STAGE INTRA ÉTABLISSEMENT : NOUS CONSULTER.

Renseignements et inscriptions
Tanguy Petermann
Tél : 03 68 85 49 26
t.petermann@unistra.fr

Nature et sanction de la formation
Cette formation constitue une action d’adaptation et de développement des compétences.
Elle donne lieu à la délivrance d’une attestation de participation.
Une évaluation en fin de formation permet de mesurer la satisfaction des stagiaires ainsi que l’atteinte des objectifs de formation (connaissances, compétences, adhésion, confiance) selon les niveaux 1 et 2 du modèle d’évaluation de l’efficacité des formations Kirkpatrick.
Validation d’acquis et accès aux études universitaires
Accompagnement à la Validation des Acquis de l’Expérience (VAE)

PERSONNES CONCERNÉES
Cette prestation concerne toute personne pouvant justifier d’un an d’expérience professionnelle, bénévole ou syndicale, en lien avec le diplôme visé. Tous les diplômes de l’Université de Strasbourg, du DUT au Doctorat, peuvent être obtenus via la VAE.

MODALITÉS D’ADMISSION
Avant tout démarrage d’un accompagnement à la VAE, une demande préalable de recevabilité-faisabilité doit être soumise à la Cellule VAE. Elle est étudiée par le responsable scientifique du diplôme visé.

PRÉSENTATION ET OBJECTIFS
La prestation d’accompagnement vise à accompagner le candidat :
> dans la construction d’un dossier qui montre en quoi le candidat a acquis au cours de son expérience les connaissances, compétences et aptitudes du diplôme visé
> dans un travail d’analyse approfondie des compétences et connaissances théoriques mises en œuvre dans l’activité
> dans la rédaction d’un écrit de type universitaire qui démontre les compétences disciplinaires (en lien avec la discipline du diplôme visé) et transversales (en lien avec le niveau du diplôme visé)

COMPÉTENCES À L’ISSUE DE LA FORMATION
> Renforcer et/ou développer ses champs de connaissances et de compétences
> Développer sa réflexivité et sa professionnalité
> Se préparer à l’entretien avec le jury de VAE

PROGRAMME
> 12h d’ateliers réalisés par la Cellule VAE : atelier de démarrage de l’accompagnement, atelier d’analyse de pratique, atelier d’écriture universitaire et d’écriture en VAE, atelier de préparation au jury
> 5h d’accompagnement individuel méthodologique réalisé par un accompagnateur VAE
> un appui disciplinaire réalisé par le responsable scientifique
> des ateliers complémentaires facultatifs (jusqu’à 6h) : méthodologie de recherche documentaire, renforcement en langues vivantes
> un accès à une plateforme d’accompagnement asynchrone, Digitaluni VAE

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES
Les méthodes pédagogiques utilisées sont variées, elles relèvent notamment de l’autoformation accompagnée.
L’accompagnement est dispensé par des professionnels psychologues du travail ou consultants en RH, avec l’appui d’universitaires.

ORGANISATION – DÉROULEMENT
La prestation peut se réaliser en présentiel et/ou à distance, selon l’organisation souhaitée par le candidat.

RESPONSABLE SCIENTIFIQUE
Le responsable scientifique sollicité aux différentes étapes de la démarche sera le responsable du diplôme visé.

PLUS D’INFORMATIONS
https://sfc.unistra.fr/cellule-vae/

VALIDATION DES ACQUIS DE L’EXPÉRIENCE
Durée : 17h réparties sur 12 mois.
Entrées et sorties permanentes.
1700€
Lieu
Cellule VAE
17 Rue du Maréchal Lefebvre
67100 Strasbourg
Renseignements et inscriptions
Matthieu DURAND
Tél : 03 68 85 86 00
vae@unistra.fr
Nature et sanction de la prestation
Cette action est une action de Validation des acquis de l’expérience.
Elle donne lieu au dépôt d’un dossier de VAE, qui sera soumis à un jury de VAE. Le jury de VAE décide de la validation totale, partielle ou du refus de validation du diplôme visé.
Diplôme d’accès aux études universitaires (DAEU)

OPTION A : LETTRES, LANGUES ET SCIENCES HUMAINES – OPTION B : SCIENCES

PERSONNES CONCERNÉES ET PRÉ-REQUIS
Cette formation s’adresse aux candidats n’ayant ni le baccalauréat ni un diplôme admis en équivalence, ayant interrompu leurs études initiales depuis au moins 2 ans et qui remplissent les conditions d’âge suivantes au 1er octobre de l’année de délivrance du diplôme :
> À être âgé de 20 ans au moins et justifier de 2 années d’activité professionnelle ou autres situations prévues par l’arrêté ministériel.
> À être âgé de 24 ans au moins.
Pour les titulaires du baccalauréat, il est possible de s’inscrire à une ou plusieurs matières en vue de l’acquisition d’un complément de compétences.

MODALITÉS D’ADMISSION
Pour accéder à la formation, les candidats devront avoir déposé un dossier de pré-inscription (disponible sur demande) et réussi les tests de sélection.
> Français (option A&B) : Maîtriser la langue française (syntaxe, vocabulaire, orthographe), comprendre un texte simple (idée directrice, point de vue de l’auteur, thématique), être capable de développer une argumentation.
> Langue vivante (option A) : Posséder un niveau de l’utilisateur élémentaire A2 du CECRL (Cadre Européen Commun de Référence pour les Langues).
> Mathématiques (option B) : Utiliser les puissances de 10 ; Développer, factoriser ; Résoudre une équation, inéquation du 1er et 2nd degré ; Déterminer l’équation d’une droite ; Résoudre un système de 2 équations à 2 inconnues ; Généralités sur les fonctions et connaître les fonctions de référence.

PRÉSENTATION ET OBJECTIFS
Le DAEU est un diplôme national de niveau IV, équivalent au baccalauréat. Il permet la poursuite d’études dans les établissements d’enseignement supérieur et donne accès aux formations, concours et emplois pour lesquels le baccalauréat est requis. Il constitue une attestation de niveau pour l’accès à l’emploi et permet le reclassement dans les grilles salariales.

COMPÉTENCES À L’ISSUE DE LA FORMATION
> Acquérir un socle de compétences et de connaissances de base
> Développer des compétences d’analyse, de raisonnement afin d’aborder les problématiques des différentes disciplines enseignées
> Réapprendre à apprendre et se réapproprier des mécanismes d’apprentissage
> Reprendre confiance en soi pour profiter d’une nouvelle opportunité de formation ou d’évolution professionnelle et personnelle.

PROGRAMME
A l’issue de la formation, le stagiaire aura développé des connaissances et des compétences de niveau baccalauréat. La formation a pour objectif de permettre aux stagiaires d’acquérir les connaissances et les modes de raisonnement indispensables pour toute formation supérieure. Renforcement (40h à 80h) : français et/ou mathématiques et/ou anglais.
> Option A : Lettres, langues et sciences humaines
  2 modules obligatoires (64h/module) : français et langue vivante (allemand ou anglais)
  2 modules optionnels (50h/module) : géographie, histoire, mathématiques, culture générale.
> Option B : Sciences
  2 modules obligatoires (64h/module) : français et mathématiques
  2 modules optionnels (50h/module) : physique, chimie, SVT, langue vivante (allemand ou anglais).

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES
Alternance de cours théoriques et d’exercices.

CONTRÔLE DE CONNAISSANCES
Le détail des modalités d’évaluation des connaissances et des compétences est disponible sur le site de l’Université ainsi que sur demande.

ORGANISATION ET DÉROULEMENT
Pour l’option A & B : cours en présentiel à l’université (cours du soir et certains samedis matin)
Pour l’option A : cours en distanciel via notre plateforme en ligne (ressources pédagogiques variées et tutorats adaptés à l’enseignement à distance) Le renforcement optionnel s’effectue en présentiel uniquement.

RESPONSABLE SCIENTIFIQUE
Brigitte DODU, Professeur agrégée en Lettres, Université de Strasbourg.

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES
Réunions d’information de 17h30 à 18h30 (entrée libre) : 24/04 ; 03/06 ; 02/09/2019
Tests de niveau de 17h30 à 20h (sur inscription) : 12/06 et 09/09/2019
21 rue du Maréchal Lefebvre – 67100 STRASBOURG
2020/2021 : Septembre 2020 à Juin 2021
Dates des réunions et tests : nous consulter à partir de mars 2020
Ce catalogue est édité à 1 900 exemplaires en août 2019
Université de Strasbourg
Service formation continue
21 rue du Maréchal Lefebvre
67100 Strasbourg

Ouvert au public du lundi au vendredi
de 8h à 12h et de 13h à 17h

sfc-contact@unistra.fr
sfc.unistra.fr

Site de l’Université : unistra.fr