



## CERTIFICAT DE QUALIFICATION HANDI-FITNESS

*Formation intégrée au BPJEPS AF*

### Contexte

Le CQHFIT (Certificat de Qualification Handi-Fitness) confère à son titulaire la qualification nécessaire à l'encadrement des personnes en situation de handicap(s), dans tous les établissements de remise en forme, ainsi que l'accès à l'utilisation du matériel Handifitness Fitplak.

### Objectifs

- Connaître spécifiquement la musculation sur plateau (adaptations aux machines, poids et haltères) et la musculation avec petit matériel adapté aux différents handicaps.
- Connaître les différents cours de fitness et les problèmes particuliers de mise en place de cours collectifs adaptés (Handi Step, Handi Forme/Body Sculpt, Low Impact Aerobic, Gym Douce, etc.).
- Connaître spécifiquement et utiliser la Fitplak ainsi que ses accessoires adaptés aux différents handicaps.
- Etre capable d'encadrer le public en situation de handicap(s).

### Programme de la formation

- Module 1 : formation connaissance de la personne en situation de handicap(s) - 7 h 00
- Module 2 : formation coaching Handi-fit - 14 h 00
- Module 3 : formation Fitplak - 14 h 00

### Durée de la formation

5 jours

### Validation de la formation

- Epreuve de mise en situation pédagogique
- Evaluation en cours de formation
- Attestation de fin de formation

### Public

Titulaires d'un diplôme, inscrit au RNCP, en relation avec les métiers de la forme et de la rééducation et de la ré-athlétisation.

### Dates prévisionnelles

Du 11 au 15 juin 2018

### Intervenants

Directeur de centre de formation

### Coût

500 €

### Lieu de formation

APRADIS Amiens

### Contacts et inscriptions

03 22 66 33 99  
contact@apradis.eu