

Licence pro mention métiers de la forme

Certifiante

Formation continue.

Réf. : 24150060F — Mise à jour : 19 septembre 2025

Organisme responsable : **UNIVERSITE RENNES 2 - SFC**

Contenu

Objectifs

Les objectifs de cette formation à bac +3 sont triples :

Former des professionnels des métiers de la forme en matière de conseil et de suivi individualisé en activités physiques de développement et d'entretien dans un but de santé, de prévention et de bien-être.

Développer pour ces professionnels des compétences d'encadrement d'équipes de techniciens des métiers de la forme.

Renforcer leurs compétences de gestion dans l'optique de création ou de développement de structure privée ou associative établie dans le secteur des métiers de la forme.

Conception et animation de programmes d'activités dédiées à la forme et au bien-être

Concevoir des programmes de mise en forme

Construire, présenter, encadrer des programmes et des cours collectifs chorégraphiés ainsi que de développement de qualités physiques

Animer les séances d'activités de remise en forme

Adapter les formes de pratiques ainsi que leur intensité en fonction des publics concernés

Conseiller les pratiquants dans le domaine de la forme

Coaching et conseil personnalisé dans le domaine de la forme et du bien-être

Évaluer la condition physique d'une personne

Concevoir des programmes personnalisés de remise en forme

Présenter et encadre des programmes de mise en forme individualisés

Accompagner et encadrer en sécurité les personnes pour les activités de la forme

Conseiller et adapter les programmes en fonction des projets et des résultats

Conseiller dans le domaine de la santé et du bien-être par l'activité physique

Former chacun à assurer sa propre sécurité et à sa santé dans ses pratiques autonomes

Gestion et développement d'une structure dédiée à la forme et au bien-être

Analyser la situation générale d'une structure du point de vue des ressources financières et humaines

Construire un projet de budget

Gérer des ressources humaines (embauche, contrats, encadrement des équipes d'intervenants)

Assurer le marketing des produits commercialisés

Concevoir une stratégie de développement pour une salle de forme au regard des caractéristiques de la structure et de son environnement institutionnel et économique

Programme

La formation s'organise autour de 3 axes :

- Conception de programmes ou de projets de services individualisés ou collectifs dans le domaine de la mise en forme ou de la détente (pratique personnalisée d'activités adaptée à la clientèle (coaching), pratique de loisirs sportifs, diététique, activités de détente...) ;
- Encadrement d'une équipe de professionnels issus de différents secteurs, une des orientations de la formation est le management d'équipe de techniciens du sport ainsi que la gestion des ressources humaines ;

- Gestion et de développement de l'entreprise, le troisième pôle de la formation est la gestion, le marketing et le cadre réglementaire du secteur de la forme.

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée

Aucun prérequis

Niveau de sortie

Niveau Licence, Licence pro, BUT - Bac +3 et +4

Liste des certifications

Licence pro mention métiers de la forme

Code RNCP : 35949

Métiers associés

G1203 — Animation de loisirs auprès d'enfants ou d'adolescents

G1204 — Éducation en activités sportives

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2084569	Présentiel	Rennes	31/08/2025	29/06/2026

Source : GREF Bretagne #24150060F