

ACTIVITE PHYSIQUE ET SPORTIVE (APS) ET OBESITE

PROGRAMME DE FORMATION

Objectifs de la formation :

- Comprendre la pathologie
- Savoir identifier les différentes conséquences chez le client
- Savoir évaluer/mesurer les capacités physiques du client
- Comprendre les attentes du client
- S'avoir adapter sa séance en fonction des conséquences de l'obésité ainsi que de l'état de forme du moment du client.

Dates 05 septembre 2026	Durée 4 heures	Horaires 8H30 à 12H30	Sessions 5 à 14 personnes
Lieu de formation A distance			
- Délai et modalités d'accès : Se connecter 15min avant la visio sur TEAMS 10j avant la formation au plus tard.			
Public concerné : Tous les coaches ayant au minimum un CQP Fitness		Prérequis - Être titulaire d'un CQP Fitness, d'une licence STAPS ou d'un BPJEPS et exercer, ou souhaiter exercer, une activité d'encadrement en coaching sportif	
Intervenant à la formation Pierre CARNEIRO - Coach Sportif Domicil'Gym depuis 5 ans • Formation (2026) : Process Com Niveau 1 • Formation (2025) : Optimisation du mouvement • Formation (2024) : TRX et Stretching • Formation (2023) : Pilates Mat Fundamental • Licence 3 APA-S (Activité Physique Adaptée) • Blackroll ® : automassages pour favoriser une meilleure récupération			

Méthodes pédagogiques • Théorie sur la pathologie • Théorie sur la mise en place des séances • Pratique solo/duo pour mettre en place une séance	Moyens pédagogiques • Powerpoint • PDF
Accessibilité : Toutes les personnes en situation de handicap (PMR, malvoyant, malentendant), peuvent assister à toutes nos formations à condition de le signaler au plus tôt afin d'adapter les locaux et les moyens de la prestation à leur situation.	Tarif 125 euros
Modalité de suivi Feuille d'émargement	Modalité d'évaluation - Evaluation pratique - Evaluation théorique (QCM)
Directeur de Coach sportif Academy Frank Saffon – saffon.frank@domicilgym.fr – 06.83.07.10.10 Responsable administrative et référente handicap Joanna Campanelli - joanna@coachsportifacademy.fr – 05.32.09.74.74	
Reconnaissance - Attestation de formation et de présence	

CONTENU DE LA FORMATION DETAILLÉE

- Point sur l'IMC
- Faire un point sur l'aspect psychologique des personnes atteinte d'obésité
- Les conséquences liées à son obésité
- Le pourquoi une personne peut être atteinte d'obésité
- Faire un point sur le TCA
- Différentes prévention (primaire, secondaire et tertiaire)
- Pourquoi l'activité physique est-elle importante ?
- Comment adapter nos séances
- Sur quoi devons-nous travailler pour amener notre client vers ses objectifs

- Pratiques seules ou en groupe sur différentes études de cas