

Ruban pédagogique - CQP Instructeur Fitness double option  
Rentrée le 05/01/2027 - Sortie le 12/07/2027

janv-27

Vendredi	1/1/27	Férié - Jour de l'an	
Samedi	2/1/27		
Dimanche	3/1/27		
Lundi	4/1/27		
Mardi	5/1/27	BC2 Musculation, Personal Training	
Mercredi	6/1/27	Stage	
Jeudi	7/1/27	Cours communs matin BC3, 4 et 5 _ Savoirs AM BC1 & BC2	
Vendredi	8/1/27	BC1 Cours collectifs	
Samedi	9/1/27		21
Dimanche	10/1/27		7
Lundi	11/1/27	Structure de stage	
Mardi	12/1/27	BC2 Musculation, Personal Training	
Mercredi	13/1/27	Structure de stage	
Jeudi	14/1/27	Cours communs matin BC3, 4 et 5 _ Savoirs AM BC1 & BC2	
Vendredi	15/1/27	BC1 Cours collectifs	
Samedi	16/1/27		21
Dimanche	17/1/27		14
Lundi	18/1/27	Structure de stage	
Mardi	19/1/27	BC2 Musculation, Personal Training	
Mercredi	20/1/27	Structure de stage	
Jeudi	21/1/27	Cours communs matin BC3, 4 et 5 _ Savoirs AM BC1 & BC2	
Vendredi	22/1/27	BC1 Cours collectifs	
Samedi	23/1/27		21
Dimanche	24/1/27		14
Lundi	25/1/27	Structure de stage	
Mardi	26/1/27	BC2 Musculation, Personal Training - EPMSp	
Mercredi	27/1/27	Structure de stage	
Jeudi	28/1/27	Cours communs matin BC3, 4 et 5 _ Savoirs AM BC1 & BC2	
Vendredi	29/1/27	BC1 Cours collectifs - EPMSp	
Samedi	30/1/27		1
Dimanche	31/1/27		14

Horaire Cours 9h 12h / 13h 17h

83

Horaire Stage À répartir sur la semaine

49

Evaluation

1

VALIDATION PAR M. DAMIEN Chirstophe, Président

 ProSportConcept  
Formation aux métiers du sport



83

BC1 35,5  
BC2 35,5  
BC3 4

BC4 4  
BC5 4

Ruban pédagogique - CQP Instructeur Fitness double option  
Rentrée le 05/01/2027 - Sortie le 12/07/2027

févr-27

Lundi	1/2/27	Structure de stage	
Mardi	2/2/27	<b>BC2</b> Musculation, Personal Training	
Mercredi	3/2/27	Structure de stage	
Jeudi	4/2/27	Cours communs matin <b>BC3, 4 et 5</b> _ Savoirs AM <b>BC1 &amp; BC2</b>	
Vendredi	5/2/27	<b>BC1</b> Cours collectifs	
Samedi	6/2/27		21
Dimanche	7/2/27		14
Lundi	8/2/27	Structure de stage	
Mardi	9/2/27	<b>BC2</b> Musculation, Personal Training	
Mercredi	10/2/27	Structure de stage	
Jeudi	11/2/27	Cours communs matin <b>BC3, 4 et 5</b> _ Savoirs AM <b>BC1 &amp; BC2</b>	
Vendredi	12/2/27	<b>BC1</b> Cours collectifs	
Samedi	13/2/27		21
Dimanche	14/2/27		14
Lundi	15/2/27	Structure de stage	
Mardi	16/2/27	<b>BC2</b> Musculation, Personal Training	
Mercredi	17/2/27	Structure de stage	
Jeudi	18/2/27	Cours communs matin <b>BC3, 4 et 5</b> _ Savoirs AM <b>BC1 &amp; BC2</b>	
Vendredi	19/2/27	<b>BC1</b> Cours collectifs	
Samedi	20/2/27		21
Dimanche	21/2/27		14
Lundi	22/2/27	Structure de stage	
Mardi	23/2/27	<b>BC2</b> Musculation, Personal Training	
Mercredi	24/2/27	Structure de stage	
Jeudi	25/2/27	Cours communs matin <b>BC3, 4 et 5</b> _ Savoirs AM <b>BC1 &amp; BC2</b>	
Vendredi	26/2/27	<b>BC1</b> Cours collectifs	
Samedi	27/2/27		21
Dimanche	28/2/27		14

Horaire Cours 9h 12h / 13h 17h

84

Horaire Stage À répartir sur la semaine

56

Evaluation

0

VALIDATION PAR M. DAMIEN Chirstophe, Président

 **ProSportConcept**  
Formation aux métiers du sport



84

BC1 36  
BC2 36  
BC3 4

BC4 4  
BC5 4

Ruban pédagogique - CQP Instructeur Fitness double option  
Rentrée le 05/01/2027 - Sortie le 12/07/2027

mars-27

Lundi	1/3/27	Structure de stage	
Mardi	2/3/27	<b>BC2</b> Musculation, Personal Training	
Mercredi	3/3/27	Structure de stage	
Jeudi	4/3/27	Cours communs matin <b>BC3, 4 et 5</b> _ Savoirs AM <b>BC1 &amp; BC2</b>	
Vendredi	5/3/27	<b>BC1</b> Cours collectifs	
Samedi	6/3/27		21
Dimanche	7/3/27	14	
Lundi	8/3/27	Structure de stage	
Mardi	9/3/27	<b>BC2</b> Musculation, Personal Training	
Mercredi	10/3/27	Structure de stage	
Jeudi	11/3/27	Cours communs matin <b>BC3, 4 et 5</b> _ Savoirs AM <b>BC1 &amp; BC2</b>	
Vendredi	12/3/27	<b>BC1</b> Cours collectifs	
Samedi	13/3/27		21
Dimanche	14/3/27	14	
Lundi	15/3/27	Structure de stage	
Mardi	16/3/27	<b>BC2</b> Musculation, Personal Training	
Mercredi	17/3/27	Structure de stage	
Jeudi	18/3/27	Cours communs matin <b>BC3, 4 et 5</b> _ Savoirs AM <b>BC1 &amp; BC2</b>	
Vendredi	19/3/27	<b>BC1</b> Cours collectifs	
Samedi	20/3/27		21
Dimanche	21/3/27	14	
Lundi	22/3/27	Structure de stage	
Mardi	23/3/27	<b>BC2</b> Musculation, Personal Training	
Mercredi	24/3/27	Structure de stage	
Jeudi	25/3/27	Cours communs matin <b>BC3, 4 et 5</b> _ Savoirs AM <b>BC1 &amp; BC2</b>	
Vendredi	26/3/27	<b>BC1</b> Cours collectifs	
Samedi	27/3/27		21
Dimanche	28/3/27	14	
Lundi	29/3/27	Férieré - lundi de Pâques	
Mardi	30/3/27	<b>BC2</b> Musculation, Personal Training	
Mercredi	31/3/27	Stage	
			7
			7

Horaire Cours 9h 12h / 13h 17h

91

Horaire Stage À répartir sur la semaine

63

VALIDATION PAR M. DAMIEN Chirstophe, Président

 **ProSportConcept**  
Formation aux métiers du sport



BC1 36  
BC2 43  
BC3 4

BC4 4  
BC5 4

91

Ruban pédagogique - CQP Instructeur Fitness double option  
Rentrée le 05/01/2027 - Sortie le 12/07/2027

avr-27

Jeudi	1/4/27	Cours communs matin <b>BC3, 4 et 5</b> _ Savoirs AM <b>BC1 &amp; BC2</b>	
Vendredi	2/4/27	<b>BC1</b> Cours collectifs	
Samedi	3/4/27		14
Dimanche	4/4/27		0
Lundi	5/4/27	Stage	
Mardi	6/4/27	<b>BC2</b> Musculation, Personal Training	
Mercredi	7/4/27	Structure de stage	
Jeudi	8/4/27	Cours communs matin <b>BC3, 4 et 5</b> _ Savoirs AM <b>BC1 &amp; BC2</b>	
Vendredi	9/4/27	<b>BC1</b> Cours collectifs	
Samedi	10/4/27		21
Dimanche	11/4/27		14
Lundi	12/4/27	Structure de stage	
Mardi	13/4/27	<b>BC2</b> Musculation, Personal Training	
Mercredi	14/4/27	Structure de stage	
Jeudi	15/4/27	Cours communs matin <b>BC3, 4 et 5</b> _ Savoirs AM <b>BC1 &amp; BC2</b>	
Vendredi	16/4/27	<b>BC1</b> Cours collectifs	
Samedi	17/4/27		21
Dimanche	18/4/27		14
Lundi	19/4/27	Structure de stage	
Mardi	20/4/27	<b>BC2</b> Musculation, Personal Training	
Mercredi	21/4/27	Structure de stage	
Jeudi	22/4/27	Cours communs matin <b>BC3, 4 et 5</b> _ Savoirs AM <b>BC1 &amp; BC2</b>	
Vendredi	23/4/27	<b>BC1</b> Cours collectifs	
Samedi	24/4/27		21
Dimanche	25/4/27		14
Lundi	26/4/27	Structure de stage	
Mardi	27/4/27	<b>BC2</b> Musculation, Personal Training	
Mercredi	28/4/27	Structure de stage	
Jeudi	29/4/27	Cours communs matin <b>BC3, 4 et 5</b> _ Savoirs AM <b>BC1 &amp; BC2</b>	
Vendredi	30/4/27	<b>BC1</b> Cours collectifs	

21

14

Horaire Cours 9h 12h / 13h 17h

98

Horaire Stage À répartir sur la semaine

56

Evaluation

0

VALIDATION PAR M. DAMIEN Chirstophe, Président

 **ProSportConcept**  
Formation aux métiers du sport



98

BC1 45

BC4 5

BC2 38

BC5 5

BC3 5

Ruban pédagogique - CQP Instructeur Fitness double option  
Rentrée le 05/01/2027 - Sortie le 12/07/2027

mai-27

Samedi	1/5/27	Férié - Fête du Travail	
Dimanche	2/5/27		
Lundi	3/5/27	Structure de stage	
Mardi	4/5/27	BC2 Musculation, Personal Training	
Mercredi	5/5/27	Structure de stage	
Jeudi	6/5/27	Férié - Ascension	
Vendredi	7/5/27		
Samedi	8/5/27	Férié - Victoire 1945	
Dimanche	9/5/27		14 7
Lundi	10/5/27	Structure de stage	
Mardi	11/5/27	BC2 Musculation, Personal Training	
Mercredi	12/5/27	Structure de stage	
Jeudi	13/5/27	Cours communs matin BC3, 4 et 5 _ Savoirs AM BC1 & BC2	
Vendredi	14/5/27	BC1 Cours collectifs	
Samedi	15/5/27		21
Dimanche	16/5/27		14
Lundi	17/5/27	Férié - Lundi de Pentecôte	
Mardi	18/5/27	BC2 Musculation, Personal Training	
Mercredi	19/5/27	Structure de stage	
Jeudi	20/5/27	Cours communs matin BC3, 4 et 5 _ Savoirs AM BC1 & BC2	
Vendredi	21/5/27	BC1 Cours collectifs	
Samedi	22/5/27		21
Dimanche	23/5/27		7
Lundi	24/5/27	Stage	
Mardi	25/5/27	BC2 Musculation, Personal Training	
Mercredi	26/5/27	Structure de stage	
Jeudi	27/5/27	Cours communs matin BC3, 4 et 5 _ Savoirs AM BC1 & BC2	
Vendredi	28/5/27	BC1 Cours collectifs	
Samedi	29/5/27		21
Dimanche	30/5/27		14
Lundi	31/5/27	Stage	

Horaire Cours 9h 12h / 13h 17h

70

Horaire Stage À répartir sur la semaine

56

VALIDATION PAR M. DAMIEN Chirstophe, Président



70

BC1 27  
BC2 34  
BC3 3

BC4 3  
BC5 3

Ruban pédagogique - CQP Instructeur Fitness double option  
Rentrée le 05/01/2027 - Sortie le 12/07/2027

juin-27

Mardi	1/6/27	<b>BC2</b> MPT - Tirage au sort profil épreuve n°1 pour épreuve n°3	
Mercredi	2/6/27	Structure de stage	
Jeudi	3/6/27	Cours communs matin <b>BC3, 4 et 5</b> _ Savoirs AM <b>BC1 &amp; BC2</b>	
Vendredi	4/6/27	<b>BC1</b> Cours collectifs	
Samedi	5/6/27		21
Dimanche	6/6/27	7	
Lundi	7/6/27	Structure de stage	
Mardi	8/6/27	<b>BC2</b> Musculation, Personal Training	
Mercredi	9/6/27	Structure de stage	
Jeudi	10/6/27	Cours communs matin <b>BC3, 4 et 5</b> _ Savoirs AM <b>BC1 &amp; BC2</b>	
Vendredi	11/6/27	<b>BC1</b> Cours collectifs	
Samedi	12/6/27		21
Dimanche	13/6/27	14	
Lundi	14/6/27	Structure de stage	
Mardi	15/6/27	<b>BC2</b> Musculation, Personal Training + QCU 45'	
Mercredi	16/6/27	Transmettre doc stage par OF pour épreuve BC3	
Jeudi	17/6/27	Cours communs matin <b>BC3, 4 et 5</b> _ Savoirs AM <b>BC1</b>	
Vendredi	18/6/27	<b>BC1</b> Cours collectifs + QCU 30'	
Samedi	19/6/27	1,5	19,5
Dimanche	20/6/27	14	
Lundi	21/6/27	Structure de stage	
Mardi	22/6/27	<b>BC2</b> MPT - Rendu de dossier pour l'épreuve n°3	
Mercredi	23/6/27	Structure de stage	
Jeudi	24/6/27	<b>BC5</b> - Evaluation initiale 35'	
Vendredi	25/6/27	<b>BC1</b> Cours collectifs - Rendu de dossier écrit	
Samedi	26/6/27	1	14
Dimanche	27/6/27	14	
Lundi	28/6/27	Structure de stage	
Mardi	29/6/27	<b>BC2</b> MPT - Evaluation initiale épreuve n°2 40'	
Mercredi	30/6/27	Structure de stage	
		1	0
		14	

Horaire Cours 9h 12h / 13h 17h

75,5

Horaire Stage À répartir sur la semaine

63

Evaluation

3,5

VALIDATION PAR M. DAMIEN Chirstophe, Président



75,5

BC1 35,5

BC4 3

BC2 31

BC5 3

BC3 3

Ruban pédagogique - CQP Instructeur Fitness double option  
Rentrée le 05/01/2027 - Sortie le 12/07/2027

juil-27

Jeudi	1/7/27	<b>BC4</b> - Epreuve initiale 30'	
Vendredi	2/7/27	<b>BC1</b> Cours collectifs	
Samedi	3/7/27	0,5	7
Dimanche	4/7/27	0	
Lundi	5/7/27	Structure de stage	
Mardi	6/7/27	<b>BC2</b> MPT - Evaluation initiale épreuve n°3 1h00	
Mercredi	7/7/27	Structure de stage	
Jeudi	8/7/27	<b>BC3</b> - Evaluation initiale 30'	
Vendredi	9/7/27	<b>BC1</b> Cours collectifs - Evaluation initiale 1h15	
Samedi	10/7/27	3	0
Dimanche	11/7/27	14	
Lundi	12/7/27	<b>Fin de formation BC1 BC2</b>	
Mardi	13/7/27		
Mercredi	14/7/27	Révisions BC2	
Jeudi	15/7/27	Révisions BC3 BC4 BC5	
Vendredi	16/7/27	Révisions BC1	
Samedi	17/7/27		6,5
Dimanche	18/7/27		
Lundi	19/7/27		
Mardi	20/7/27		
Mercredi	21/7/27		
Jeudi	22/7/27		
Vendredi	23/7/27	<b>Rattrapage BC3, BC4 et BC5</b>	
Samedi	24/7/27		
Dimanche	25/7/27		
Lundi	26/7/27	<b>BC2</b> MPT - Evaluation rattrapage épreuve n°1 40'	
Mardi	27/7/27	<b>BC1</b> Cours collectifs - Evaluation rattrapage 1h15	
Mercredi	28/7/27		
Jeudi	29/7/27	<b>BC2</b> MPT - Evaluation rattrapage épreuve n°3 1h00	
Vendredi	30/7/27	<b>BC1</b> Cours collectifs - Evaluation rattrapage 1h15	
Samedi	31/7/27		

Horaire Cours 9h 12h / 13h 17h

13,5

Horaire Stage À répartir sur la semaine

14

**Evaluation**

3,5

VALIDATION PAR M. DAMIEN Christophe, Président



TOTAL HEURES SUR L'ANNÉE 2027	
Cours formation	515
<b>Évaluation</b>	<b>8</b>
Structure stage	357
Cours + Stage	880

Total heure BC 2027

515

BC1 222

BC4 23

BC2 224

BC5 23

BC3 23