DIPLÔME D'ÉTAT DE LA JEUNESSE, DE L'ÉDUCATION POPULAIRE ET DU SPORT (DEJEPS)

OPTION MUSCULATION, HALTÉROPHILIE ET FORCE ATHLÉTIQUE

LIBELLÉ EXACT DE LA CERTIFICATION

DEJEPS - option Musculation, Haltérophilie et Force Athlétique.

CODE RNCP

Code RNCP 37114

NOM DU CERTIFICATEUR

Ministère chargé des sports.

NIVEAU DE QUALIFICATION

Niveau 5 - équivalent Bac+2. Plus haut diplôme d'encadrement sportif dans les disciplines de la musculation, haltérophilie et force athlétique.

PRÉ-REQUIS

- Être titulaire d'un BPJEPS AFHM, d'un BPJEPS AGFF mention Force ou d'un HACUMESE (ou équivalence reconnue). Ce diplôme est la continuité naturelle après un BPJEPS pour monter en responsabilité et en compétences.
- Être titulaire d'une attestation de premiers secours conforme à la réglementation en vigueur (PSC1 ou équivalent).
- Certificat médical de non-contre-indication à la pratique et à l'encadrement des activités physiques et sportives.

PUBLIC CIBLE

- Titulaires d'un BPJEPS souhaitant passer à l'étape supérieure de leur parcours professionnel.
- Coachs en activité qui encadrent déjà en club et souhaitent structurer de vrais projets de perfectionnement sportif.
- Professionnels aspirant à devenir entraîneur ou préparateur physique de haut niveau, formateur ou jury.

MODALITÉS D'ADMISSION

- Compléter le dossier d'inscription en ligne sur broussal-derval.com.
- Transmettre les documents requis : copie de la carte d'identité en cours de validité , un certificat médical de non-contre-indication à la pratique et à l'encadrement des activités de la forme, l'attestation de participation à la Journée Défense et Citoyenneté
- Réaliser un entretien de motivation avec l'équipe pédagogique.
- Inscription jusqu'à 30 jours avant le début de la formation, sous réserve de dossier complet.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Le DEJEPS HMFA ne forme pas seulement à mieux coacher : il forme à décider, organiser, coordonner et devenir un vrai moteur de perfectionnement collectif. C'est le plus haut diplôme d'État en coaching dans ces disciplines, reconnu au niveau national.

À l'issue de la formation, le titulaire est capable de :

- Construire, piloter et évaluer un projet de perfectionnement sportif.
- Préparer physiquement et techniquement un groupe ou un athlète en compétition.
- Organiser des événements ou compétitions locales ou nationales.
- Développer la préparation physique au cœur d'un projet structuré.
- Travailler en équipe, gérer les ressources humaines et matérielles.
- Conduire des actions de formation et devenir formateur ou jury.
- Être reconnu comme référent dans sa structure.

Débouchés :

- Entraîneur en haltérophilie, musculation ou force athlétique.
- Responsable ou coordonnateur technique d'une structure sportive.
- Cadre technique de club.
- Responsable de projets de perfectionnement sportif.
- Formateur de pratiquants et d'encadrants dans son champ de compétences.

Programme pédagogique – 4 unités de compétences

UC1 – 108,5h | Concevoir un projet d'action

- Analyser les enjeux du contexte socioprofessionnel en tenant compte des particularités des publics impliqués
- Identifier les profils et besoins spécifiques des pratiquants ou publics encadrés
- Analyser le contexte d'intervention (environnement institutionnel, territorial et partenarial)
- Formaliser les éléments d'un projet d'action en lien avec les particularités des publics
- Recueillir et analyser les données individuelles et collectives
- Définir des objectifs pédagogiques et sportifs adaptés
- Structurer un projet d'action individualisé ou collectif
- Définir les moyens nécessaires à la mise en œuvre du projet d'action
- Identifier les ressources humaines, matérielles et pédagogiques adaptées
- Organiser les conditions de réalisation et de sécurité du projet

UC2 – 101,5h | Coordonner la mise en œuvre d'un projet d'action

- Animer une équipe de travail en favorisant la dimension collective et l'intégration de tous
- Répartir les rôles et favoriser la cohésion et le sentiment d'appartenance
- Promouvoir les actions programmées en adaptant la communication aux interlocuteurs
- Gérer la logistique des programmes d'action (ressources matérielles, humaines et temporelles)
- Assurer la circulation de l'information logistique
- Animer la démarche qualité : outils d'évaluation, analyse des résultats, améliorations

UC3 – 378h | Conduire une démarche de perfectionnement sportif en haltérophilie, musculation et force athlétique

- Conduire une démarche d'enseignement en prenant en compte les particularités des pratiquants
- Évaluer les besoins, les capacités et les freins – assurer un suivi individualisé
- Analyser les déterminants de la performance
- Planifier et conduire des cycles d'entraînement adaptés aux objectifs de perfectionnement
- Suivre et réguler les effets de l'entraînement
- Conduire des actions de formation et accompagner la montée en compétence
- Identifier les profils formatifs et concevoir des parcours pédagogiques adaptés

UC4 – 133h | Encadrer l'haltérophilie, musculation et force athlétique en sécurité

- Réaliser en sécurité les démonstrations techniques (maîtrise des mouvements, posture claire, erreurs à éviter)
- Adapter sa posture pédagogique pour garantir la sécurité de tous (approches différenciées, cadre structurant)
- Réaliser les gestes professionnels liés à la sécurité des pratiquants (surveillance active, techniques d'assistance)
- Assurer la sécurité des pratiquants et les impliquer dans sa gestion (responsabilité individuelle, culture de la sécurité)
- Aménager les espaces pour garantir l'accessibilité et la sécurité

MODALITÉS

La formation est proposée en deux formats :

Format 100 % distanciel :

- 700 heures de cours sur 10 mois, accessibles à votre rythme depuis chez vous (e-learning asynchrone).
- Jeudis et vendredis en présence virtuelle obligatoire : travaux de groupe en ligne.
- 400 heures de stage en structure de fitness à réaliser pendant la formation.

Format hybride :

- Même volume horaire avec des périodes de regroupement en présentiel.
- La formation hybride est proposée en partenariat avec le CRAF2S (CFA). ABD Formation est l'organisme habilité.
- 400 heures de stage en structure de fitness à réaliser entre les dates extrêmes de formation.

PROCHAINE SESSION

Du 30 septembre 2026 au 18 septembre 2027

Rassemblements virtuels obligatoires : tous les jeudis et vendredis.

DÉLAIS D'ACCÈS

Inscription via le formulaire de préinscription sur broussal-derval.com. Fermeture des inscriptions avant le début de la session. Dossiers CPF/OPCO/France Travail : prévoir un délai supplémentaire et contacter l'équipe administrative dès que possible.

DURÉE

UC	Intitulé	Volume
UC1	Concevoir un projet d'action	**108,5h**
UC2	Coordonner la mise en œuvre d'un projet d'action	**101,5h**
UC3	Conduire une démarche de perfectionnement sportif en haltérophilie, musculation et force athlétique	**378h**
UC4	Encadrer l'haltérophilie, musculation et force athlétique en sécurité	**133h**
Stage	**Mise en application en structure de fitness**	**400h**

TARIFS

Option 1 – Parcours complet	DEJEPS HMFA complet : UC1 + UC2 + UC3 + UC4 + Stage (700h d'enseignement + 400h en entreprise) – mentorat 1:1 et en groupe – 100 % distanciel	**6 990 €**
Option 2a – UC1 + UC2 + UC3	Si dispensé de l'UC4 (titulaires BPJEPS AFHM, AGFF mention Force ou HACUMESE)	**6 000 €**
Option 2b – UC3 uniquement	Si titulaire d'un autre DEJEPS (dispensé des UC1 et UC2)	**4 000 €**

Financements disponibles :

- CPF (Compte Personnel de Formation) – éligible
- France Travail (Pôle Emploi)
- OPCO (financement employeur)
- Financement personnel – paiement possible en plusieurs fois

MÉTHODES MOBILISÉES

La formation repose sur une pédagogie active et orientée terrain : e-learning asynchrone, présences virtuelles obligatoires (jeudis et vendredis), travaux de groupe, cas pratiques ancrés dans les réalités du haut niveau, et un accompagnement individualisé en mentoring 1:1 et en groupe par des experts reconnus.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Les évaluations sont organisées par unité de compétences (UC). Il n'y a pas de tests d'entrée, la validation du BPJEPS AFHM, AGFF mention Force ou HACUMESE est le seul prérequis d'accès à la formation.

Taux de réussite : 94 % | Satisfaction : 4,8/5 sur Google | Taux d'abandon : < 2,1 %

FORMATEURS

Coordinateur de formation : Olivier Bolliet, préparateur physique d'athlètes de niveau olympique.

Olivier Bolliet
Préparateur physique d'athlètes olympiques – Coordinateur du DEJEPS

Didier Reiss
Auteur de "La bible de la préparation physique"

Alexandre Veret
Préparateur physique de haut niveau

Sébastien Maître
Entraîneur HMFAC & PP – Formateur & jury métiers du sport – Médaillé d'or J&S

Aurélien Broussal-Derval
Préparateur physique de haut niveau – Directeur ABD Formation

Thomas Cerboneschi
Préparateur physique de haut niveau

Frédéric Aubert
Préparateur physique de haut niveau

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Les personnes en situation de handicap ou ayant des besoins spécifiques doivent nous contacter par mail à l'adresse **cindy@broussal-derval.com** afin de pouvoir échanger sur leur situation et se voir proposer un parcours adapté.

Référente handicap : Cindy Morel.

CONTACTS

Responsable pédagogique de la formation : Aurélien BROUSSAL-DERVAL
Directeur de la formation : Aurélien BROUSSAL-DERVAL
Responsable administratif : Nicolas CAVIGLOLI
Responsable RGPD et site internet : Aurélien BROUSSAL-DERVAL
Référente handicap : Cindy Morel - cindy@broussal-derval.com