CERTIFICATION INTERNATIONALE
FUNCTIONAL MOVEMENT SCREEN (FMS)
OBTENEZ VOTRE CERTIFICATION FMS,
POUR ÉVALUER ET ENTRAÎNER LA MOBILITÉ !

100 % présentiel – 3 jours – Finançable AFDAS / FIF-PL / Pôle Emploi

TYPE DE FORMATION

Certification internationale, 100 % présentiel. La formation FMS se déroule sur 3 jours intensifs, encadrés par des formateurs agréés.

PRÉ-REQUIS

Aucun prérequis académique n'est exigé.

La formation est ouverte à tous les professionnels du mouvement : coachs sportifs, préparateurs physiques, kinésithérapeutes, ostéopathes, professionnels de santé, enseignants en activité physique ou étudiants en sciences du sport.

Une connaissance de base de l'anatomie et du mouvement est recommandée pour faciliter l'intégration des concepts.

MODALITÉS D'ADMISSION

- Compléter le dossier d'inscription en ligne sur broussal-derval.com.
- Transmettre les documents requis.
- Réaliser un entretien de motivation avec l'équipe pédagogique.

À QUI S'ADRESSE LA FORMATION ?

Cette certification s'adresse à toute personne souhaitant standardiser son évaluation du mouvement et améliorer la qualité de la prise en charge de ses clients.

Le FMS est particulièrement utile si tu veux :

- Prévenir les blessures chez les sportifs ou les pratiquants réguliers
- Identifier les limitations et asymétries avant la mise en place d'un programme d'entraînement
- Améliorer la performance et le suivi grâce à une méthode validée scientifiquement
- Disposer d'un langage commun du mouvement partagé par des milliers de professionnels dans le monde

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de la formation, tu seras capable de :

- Comprendre les principes du mouvement fonctionnel et leur impact sur la performance et la prévention
- Réaliser les 7 tests du FMS selon le protocole officiel
- Coter et interpréter les résultats pour identifier les déséquilibres et prioriser les actions
- Appliquer les stratégies correctives FMS (Level 2) pour restaurer la mobilité, la stabilité et la coordination
- Intégrer le FMS comme outil d'évaluation et de suivi au sein de ta pratique professionnelle

Débouchés :

- Réaliser des bilans fonctionnels du mouvement.
- Proposer des évaluations FMS auprès de sportifs et de clients.
- Construire des programmes correctifs individualisés.
- Intégrer le screening du mouvement dans une activité de coaching sportif.
- Développer une expertise en prévention des blessures.
- Optimiser les programmes de préparation physique grâce à une analyse plus fine du mouvement.
- Renforcer son activité auprès des sportifs, clubs, centres de performance ou cabinets spécialisés.

Contenu de la formation – Deux niveaux, trois jours, une certification reconnue !

Niveau 1 : Learn the Screen

Apprends à observer et évaluer la qualité du mouvement grâce aux 7 tests FMS.

Tu découvriras comment identifier les asymétries, comprendre les schémas moteurs et noter les mouvements de manière fiable pour établir un profil précis de chaque client.

Niveau 2 : Corrective Strategies

Découvre comment corriger et améliorer les schémas moteurs identifiés lors du screening.

Grâce aux stratégies correctives FMS, tu apprendras à restaurer la mobilité, renforcer la stabilité et construire des programmes adaptés à chaque profil.

CE QUE CETTE FORMATION VA T'APPORTER

Deviens capable d'évaluer la qualité du mouvement, de repérer les asymétries et de corriger les dysfonctionnements grâce à la méthode FMS.

- Développer ton expertise du mouvement : apprends à observer et analyser le mouvement humain dans sa globalité. Comprends comment chaque déséquilibre ou compensation peut impacter la performance et la prévention des blessures.
- Maîtriser les 7 tests fondamentaux du FMS : découvre et applique la grille officielle d'évaluation FMS. Chaque test te permet d'identifier les limitations, d'interpréter les résultats et de construire une base solide pour un entraînement fonctionnel efficace.
- Planifier des programmes adaptés : à partir des résultats FMS, conçois des plans d'entraînement personnalisés. Corrige les faiblesses identifiées et fais progresser tes clients en sécurité vers leurs objectifs de mobilité, force et stabilité.

- Appliquer des protocoles correctifs efficaces : utilise les stratégies correctives FMS pour restaurer les schémas moteurs, améliorer la mobilité et renforcer la stabilité. Des outils concrets, immédiatement applicables sur le terrain.
- Évaluer et suivre la progression de tes clients : apprends à mesurer les évolutions de manière fiable grâce au scoring FMS. Suis les progrès de tes clients et ajuste tes interventions avec précision pour des résultats durables.
- Prévenir les blessures et améliorer la performance : le FMS t'aide à anticiper les risques, à réduire les douleurs récurrentes et à optimiser les capacités physiques. Une approche globale pour accompagner durablement tes athlètes et clients.

DURÉE ET ACCÈS À LA FORMATION

Tu suis la formation en présentiel sur 3 jours, au Wellness Training Hifive La Défense.

Prochaine session : 6-7-8 novembre 2026.

Fermeture des inscriptions 2 semaines avant la date de début de formation.

Une fois certifié, tu accèdes à ton espace FMS personnel pour consulter tes résultats, ton certificat et les ressources officielles.

1 & 2 niveaux	**3** jours de formation	**7** tests fondamentaux	**100 %** présentiel

ÉVALUATION

L'évaluation repose sur :

- La participation active aux ateliers pratiques
- La maîtrise des protocoles de test et du scoring FMS
- La réussite du quiz de certification en ligne (en anglais) administré par Functional Movement Systems

Une fois validée, tu obtiens la certification internationale FMS Level 1 et/ou Level 2, délivrée par Functional Movement Systems, reconnue dans le monde entier.

TARIFS ET FINANCEMENT

Option	Contenu	Tarif
Level 1	Learn the Screen – Évaluation du mouvement, 7 tests FMS	**399 € TTC**
Level 2	Corrective Strategies – Stratégies correctives	**499 € TTC**
Pack Level 1 + 2	Les deux niveaux sur 3 jours consécutifs	**649 € TTC**

Plusieurs types de financements sont envisageables :

- Pôle emploi

- FIF-PL (pour les indépendants et professions libérales)
- AFDAS
- Financement personnel

Paiement possible en plusieurs fois.

QUE SE PASSE-T-IL APRÈS L'INSCRIPTION ?

Tu reçois :

- Une confirmation immédiate de ton inscription
- Les informations logistiques (horaires, lieu, matériel, prérequis)

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.

Référent handicap : Cindy Morel.

CONTACTS

Alexia Giboreau
Administration et Financement
alexia@broussal-derval.com
Téléphone : 06 33 46 73 56

Alexia Giboreau
Questions sur les formations
alexia@broussal-derval.com
Téléphone : 06 30 88 65 67

Site Internet et Référent RGPD
admin@broussal-derval.com

Cindy Morel
Référent handicap
cindy@broussal-derval.com