RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ONISEP L'INFORMATION POUR L'ORIENTATION

Conseiller sportif / Conseillère sportive en salle de remise en forme

Tantôt en train d'encadrer un cours, tantôt en train de donner des conseils personnalisés, le conseiller sportif ou la conseillère sportive en salle de remise en forme sait communiquer son enthousiasme à la clientèle de son club.

SOMMAIRE

Le métier

Compétences requises

Où l'exercer ?

Les études

Emploi et secteur

Salaire du débutant

Pour aller plus loin

Niveau minimum d'accès : **bac ou équivalent**

Salaire débutant : **1867 €**

Statuts : **Indépendant, Statut salarié**

Synonymes : Coach (entraîneur) sportif / coach (entraîneuse) sportive en salle de remise en forme, Éducateur sportif / éducatrice sportive des métiers de la forme

Secteur professionnel : Sport

Centres d'intérêt : J'ai le sens du contact, J'aime le sport, l'activité physique, Je souhaite enseigner, transmettre



© Didier Gauducheau/Onisep

Le métier

Personnaliser les conseils sportifs

Tapis de course, banc de musculation, rameur, vélo elliptique, etc. : sur les plateaux de musculation, le conseiller sportif ou la conseillère sportive aide à choisir l'appareil le plus adapté à un profil (sportif accompli ou sportive accomplie, personne débutante ou personne âgée...) et aux attentes de l'usager ou l'usagère (se muscler, s'assouplir, maigrir...). En tenant compte de son âge, de sa condition physique et de son objectif, le conseiller ou la conseillère établit un programme d'entraînement sur mesure, efficace et sans danger pour la santé.

Encadrer des cours collectifs

Quand il ou elle ne corrige pas les postures inadaptées ou les mauvaises manipulations d'appareils effectuées par les participants ou les participantes, le conseiller sportif ou la conseillère sportive encadre des cours collectifs. Stretching postural (étirements), Pilates (méthode de gainage), il ou elle anime des exercices destinés à muscler certaines parties du corps (abdominaux, fessiers ou biceps) ou à développer l'endurance cardiaque et respiratoire (cardio-training). Le tout dans une ambiance musicale propre à motiver le groupe.

Compétences requises

Un haut niveau sportif

Outre une solide condition physique et un très bon niveau technique dans les disciplines de remise en forme, le conseiller ou la conseillère doit disposer d'une grande résistance nerveuse pour enchaîner les cours, et pour assurer, en toute occasion, la sécurité des pratiquants ou des pratiquantes sous sa responsabilité.

Tonus et pédagogie

Patience, diplomatie et dynamisme sont les qualités premières de ce ou cette pédagogue. Toujours disponible et avec attention, il ou elle s'attache à répondre à

chaque question, à trouver un mot d'encouragement ou un conseil personnalisé. Avec ses dons d'animation, il ou elle sait détendre son groupe... et garder le sourire. Traduire : il faut avoir de l'énergie et de l'enthousiasme à revendre.

Sens commercial

Si il ou elle exerce à son compte comme coach (entraîneur ou entraîneuse), le conseiller sportif ou la conseillère sportive doit savoir gérer et promouvoir son activité, afin de fidéliser et accroître sa clientèle. Et varier les formules pour proposer un peu de nouveauté. Apprendre à démarcher, à convaincre est une qualité également utile pour faire évoluer sa carrière, en prenant la direction d'un centre sportif, par exemple.

Où l'exercer ?

Dans les clubs et les associations

L'essentiel de l'emploi salarié se trouve dans les clubs de fitness franchisés (Club Med Gym, Moving, Vit'halles...) ou indépendants. On rencontre aussi des conseillers sportifs ou des conseillères sportives dans des associations, des centres municipaux et des centres de loisirs ou de vacances. Des débouchés se développent également au sein des entreprises. On peut encore exercer en indépendant comme coach (entraîneur ou entraîneuse) à domicile. D'autres cumulent plusieurs de ces statuts en additionnant les mi-temps.

Avec des horaires atypiques

La fréquentation des salles de remise en forme est souvent plus forte en dehors des heures de travail. L'activité du conseiller sportif ou de la conseillère sportive est donc soumise à des horaires décalés : pause déjeuner, soirée, week-end.

S'entraîner soi-même

Partie moins visible, mais non négligeable, du travail : la préparation des cours. Pour la plupart, il existe une base d'exercices et d'enchaînements à simplement adapter. Pour d'autres cours, la conception est beaucoup plus longue. Il faut imaginer des chorégraphies, rechercher des musiques, coordonner l'ensemble et apprendre les enchaînements par cœur ce qui peut prendre plusieurs heures.

Les études

Après la 3e

Le BPJEPS (brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport) spécialité éducateur sportif mentions multi-activités physiques ou sportives pour tous ; activités gymniques ; activités de la forme se prépare en 1 an, au minimum. Accès dès

18 ans avec le PSC (premiers secours citoyen) et une pratique régulière dans une salle de sport. Niveau bac conseillé mais non obligatoire.

Après le bac

2 ans pour préparer le DEUST métiers de la forme.

1 an après une L2 STAPS (sciences et techniques des activités physiques et sportives) pour préparer une licence professionnelle métiers de la forme.*

Enfin, il s'agit d'une profession réglementée qui exige la possession d'une carte professionnelle pour pouvoir exercer une activité rémunérée. En plus du diplôme, l'honorabilité (ne pas avoir été condamné pour tout crime ou certains délits) fait partie des deux autres conditions pour pouvoir exercer ce métier.

bac ou équivalent

→ BPJEPS spécialité éducateur sportif mention multi-activités physiques ou sportives pour tous

bac + 1

→ CS encadrement secteur sportif option multi-activités physiques ou sportives pour tous

bac + 2

→ DEUST métiers de la forme

bac + 3

→ Licence pro mention métiers de la forme

Emploi et secteur

Des places en ville

La remise en forme étant à la mode, le secteur ne cesse de se développer. Si les opportunités d'emploi sont réelles, une condition s'impose : être mobile et citadin. Les temps pleins existent dans les salles des grandes villes, mais c'est souvent en cumulant des temps partiels dans plusieurs organismes que le conseiller sportif ou la conseillère sportive parvient à vivre de son métier. Savoir bien gérer son temps et son effort est alors essentiel.

D'autres lieux d'exercice... confidentiels

D'autres débouchés, plus confidentiels, sont envisageables. On peut animer des cours dans des lieux insolites, tels que des bateaux de croisière. De même, les besoins en coaching (mentorat) sportif sont grands dans les pays voisins, et le BPJEPS (brevet

professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation populaire et du Sport) est reconnu dans certains pays européens.

Reconversions en vue

Le métier est fatigant sur le long terme, et il est plus difficile d'être conseiller sportif ou conseillère sportive à 50 ans qu'à 30. Mieux vaut prévoir une reconversion. Après quelques années d'expérience, on peut, au sein d'une grande chaîne franchisée, devenir responsable, puis directeur adjoint ou directrice adjointe, voire directeur ou directrice d'un centre de remise en forme. Autre option : s'orienter vers la formation de ceux et celles qui préparent le brevet professionnel.

Secteur

Sport

Salaire du débutant *

À partir de 1867 euros brut par mois.

* variable en fonction du lieu d'exercice, du statut.

Pour aller plus loin

Sur le web

Cabinet de recrutement : mise en relation des professionnels du sport au travers d'un espace candidats et d'un espace recruteurs

Rubrique " Emplois et Métiers " du site du Ministère des Sports et de la Jeunesse : présentation des métiers et des diplômes de l'animation, liste des établissements proposant les formations

Librairie



PARCOURS

Sport

Paru le 23/09/2024
Broché • 12,00 €

PDF • 8,00 €

Centres d'intérêt

J'ai le sens du contact →

J'aime le sport, l'activité physique →

Je souhaite enseigner, transmettre →

Autres métiers à découvrir

Professeur de sport

Préparateur physique

Moniteur de judo

Ingénieur recherche et développement en sport

Ergonome du sport