



# Conseiller sportif / Conseillère sportive en salle de remise en forme

Tantôt il encadre un cours de step, de cycling ou de cardio-training, tantôt il fait du conseil personnalisé sur le plateau de musculation. Le conseiller sportif 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 organiser, gérer, Je veux être utile aux autres, Le sport est ma passion



© Didier Gauducheau/Onisep

## Le métier

---

### Personnaliser les conseils sportifs

Tapis de course, banc de musculation, rameur, vélo elliptique... Sur les plateaux de musculation, le conseiller sportif aide les clients à choisir l'appareil le plus adapté à leur profil (sportif accompli, débutant, personne âgée...) et à leurs attentes (se muscler, s'assouplir, maigrir...). En tenant compte de l'âge, de la condition physique et de l'objectif de l'utilisateur, le conseiller établit un programme d'entraînement sur mesure, efficace et sans danger pour la santé.

### Encadrer des cours collectifs

Quand il ne corrige pas les postures inadaptées ou les mauvaises manipulations d'appareils effectuées par des pratiquants en solo, le conseiller sportif encadre des cours collectifs. Stretching postural (étirements), Pilates (méthode de gainage)... Il 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 sportif qui assure

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

### Tonus et pédagogie

Patience, diplomatie et dynamisme sont les qualités premières de ce pédagogue. Toujours disponible et attentif, il s'attache à répondre à chaque question, à trouver un mot d'encouragement ou un conseil personnalisé. En bon animateur, il sait détendre son groupe... et garder le sourire. Traduire : il faut avoir de l'énergie et de l'enthousiasme à revendre.

### Commercial à ses heures

S'il exerce à son compte comme coach (entraîneur), le conseiller sportif doit savoir gérer et promouvoir son activité, afin de fidéliser et accroître sa clientèle. Et varier les formules pour proposer aux clients 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 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 (coach (entraîneur) à domicile). Certains 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 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 certains, il existe une base d'exercices et d'enchaînements qu'il faut simplement adapter. Pour les cours de "free style" par exemple, la conception est beaucoup plus longue. Imaginer des chorégraphies, rechercher des musiques, coordonner l'ensemble et apprendre les enchaînements par coeur : tout cela peut prendre plusieurs heures.

## Les études

---

### Après la 3<sup>e</sup>

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 parvient à vivre de son métier. Savoir bien gérer son temps et son effort est alors essentiel pour lui.

### **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 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

fitness"; puis directeur adjoint, voire directeur d'un centre de remise en forme. Autre option : s'orienter vers la formation de ceux 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 organiser, gérer](#) →

[Je veux être utile aux autres](#) →

[Le sport est ma passion](#) →

## Autres métiers à découvrir

Professeur de sport

Préparateur physique

Moniteur de judo

Ingénieur recherche et développement  
en sport

Ergonome du sport