

Conseiller(e) sportif(ve) en salle de remise en forme

Nature du travail

-Personnaliser les conseils sportifs :Tapis de course, 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'usager, 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. "Stretch, Pilates..." 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, sur fond de bruit et d'agitation. 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, le conseiller sportif doit savoir gérer et promouvoir son activité, afin de fidéliser et accroître sa clientèle. Et varier les formules pour proposer aux fidèles 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.

Accès au métier

Pour exercer ce métier, il faut obtenir au moins le BPJEPS(brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport). Pour gérer un club de remise en forme, un DEUST (diplôme d'études universitaires scientifiques et techniques) ou une licence professionnelle autour des métiers de la forme sont plus adaptés.

Niveau bac

- BPJEPS spécialité activités gymniques, de la forme et de la force

Niveau bac + 2

- DEUST métiers de la forme.

Niveau bac + 3

- Licence professionnelle STAPS (sciences et techniques des activités physiques et sportives) portant sur les métiers de la forme et la remise en forme

Salaire

Salaire du débutant : De 1450 à 1600 euros brut par mois.

Intégrer le marché du travail

-Des places en ville : La remise en forme étant à la mode, le secteur ne cesse de prendre du poids. 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 sportif sont grands dans les pays voisins, et le BP (brevet professionnel) est parfois reconnu au niveau européen.

-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... Un métier qui représente une lourde charge en indépendant. Autre option : s'orienter vers la formation de ceux qui préparent le brevet professionnel.