



Schweizerischer Fitness- und Gesundheitscenter Verband  
Fédération Suisse des Centres Fitness et de Santé  
Federazione Svizzera dei Centri Fitness e di Salute

# RÈGLEMENT

concernant

**l'examen professionnel d'instructrice / instructeur de fitness**

*(Date de l'approbation)*

---

Vu l'art. 28, al. 2, de la loi fédérale du 13 décembre 2002 sur la formation professionnelle, l'organe responsable au sens du ch. 1.2 arrête le règlement d'examen suivant:

## **1 DISPOSITIONS GÉNÉRALES**

### **1.1 But de l'examen**

L'objectif de cet examen professionnel est de vérifier que les candidats possèdent les connaissances et les aptitudes requises pour:

- a) assurer de manière autonome un suivi professionnel des clients dans un centre de fitness;
- b) conseiller chaque client dans les conventions d'objectifs de santé pertinentes, en fonction de l'état actuel des connaissances professionnelles et des possibilités techniques et en tenant compte de la condition physique du client;
- c) établir un programme d'entraînement correct sur le plan physiologie et destiné aux clients, l'enseigner et veiller à sa bonne application;
- d) expliquer sur le plan théorique les facteurs fondamentaux relatifs à la force, la souplesse, l'endurance et la coordination et illustrer et mettre en œuvre par la pratique les méthodes d'optimisation de ces facteurs;
- e) comprendre les contextes organisationnels d'un centre de fitness;
- f) prendre en charge de façon autonome certains secteurs d'un centre de fitness, notamment dans le domaine de la vente;
- g) dispenser des conseils et instruire dans les règles de l'art, selon des principes méthodologiques et didactiques.

## **1.2 Organe responsable**

1.21 L'organisation du monde du travail / les organisations du monde du travail suivante/s constitue/nt l'organe responsable:

Fédération Suisse des Centres Fitness et de Santé FSCF

1.22 L'organe responsable est compétent pour toute la Suisse.

## **2 ORGANISATION**

### **2.1 Composition de la commission d'examen**

2.11 Toutes les tâches liées à l'octroi du brevet sont confiées à une commission d'examen. Celle-ci est composée de 6 membres nommés par le comité de la FSCF pour une durée administrative de 3 ans.

2.12 La commission d'examen se constitue elle-même. Le quorum est atteint lorsque la majorité des membres sont présents. Les décisions se prennent à la majorité des membres présents. Le président tranche en cas d'égalité des voix.

### **2.2 Tâches de la commission d'examen**

2.21 La commission d'examen

- a) arrête les directives relatives au présent règlement et les met à jour périodiquement;
- b) détermine les taxes d'examen ;
- c) fixe la date et le lieu de l'examen;
- d) définit le programme d'examen;
- e) donne l'ordre de préparer les énoncés de l'examen et organise l'examen;
- f) nomme et engage les experts, et les forme pour accomplir leurs tâches;
- g) décide de l'admission à l'examen ainsi que d'une éventuelle exclusion de l'examen;
- h) décide de l'octroi du brevet;
- i) traite les requêtes et les recours;
- j) s'occupe de la comptabilité et de la correspondance;
- k) décide de la reconnaissance ou de la prise en compte d'autres diplômes et d'autres prestations;
- l) informe les instances supérieures et l'Office Fédéral de la Formation professionnelle et de la Technologie de ses activités ;
- m) veille au développement et à l'assurance de la qualité, et en particulier à l'actualisation régulière du profil de qualification en fonction des besoins du marché du travail.

2.22 La commission d'examen peut déléguer des tâches administratives et la gestion au secrétariat de la FSCF.

### **2.3 Publicité et surveillance**

2.31 L'examen est placé sous la surveillance de la Confédération. Il n'est pas public. Exceptionnellement, la commission d'examen peut autoriser des dérogations à cette règle.

2.32 L'OFFT est invité suffisamment tôt à assister à l'examen et reçoit les dossiers de l'examen.

### **3 PUBLICATION, INSCRIPTION, ADMISSION, FRAIS D'EXAMEN**

#### **3.1 Publication**

3.11 L'examen est publié dans les trois langues officielles 5 mois au moins avant le début des épreuves.

3.12 La publication informe au minimum sur:

- les dates des épreuves;
- la taxe d'examen;
- l'adresse d'inscription;
- le délai d'inscription;
- le déroulement de l'examen.

#### **3.2 Inscription**

L'inscription doit comporter:

- a) un résumé de la formation et des activités professionnelles du candidat;
- b) les copies des titres et des certificats de travail requis pour l'admission;
- c) la mention de la langue d'examen;
- d) la copie d'une pièce d'identité officielle munie d'une photo.

#### **3.3 Admission**

3.31 Sont admis à l'examen les candidats qui:

- a) sont titulaires d'un certificat fédéral de capacité, d'un diplôme d'école secondaire supérieure ou d'un certificat équivalent et

justifie d'une expérience professionnelle d'au moins deux ans en tant qu'instructeur de fitness, à raison de 38 heures hebdomadaires au minimum, ou

justifie d'un total minimum de 3500 heures de pratique professionnelle pendant une durée de 2 ans au minimum à 5 ans au maximum

- b) ont réussi un examen de degré tertiaire dans un secteur professionnel apparenté à celui d'instructeur de fitness et

justifie d'une expérience professionnelle d'au moins un an en tant qu'instructeur de fitness à raison de 38 heures hebdomadaires au minimum ou

d'une expérience professionnelle de 3 ans comptabilisant au minimum 1750 heures.

- c) justifie d'une expérience professionnelle d'au moins quatre ans en tant qu'instructeur de fitness à raison de 38 heures hebdomadaires au minimum.

et

- d) possède un brevet CPR-BLS valide âgé de 2 ans au maximum.

La date limite de justification de l'expérience professionnelle nécessaire est la fin du deuxième mois suivant le début de l'examen.

Les candidats sont admis sous réserve du paiement dans les délais de la taxe d'examen selon le ch. 3.41.

3.32 L'OFFT décide de l'équivalence des certificats et des diplômes étrangers.

3.33 La décision concernant l'admission à l'examen est communiquée par écrit aux candidats au moins trois mois avant le début de l'examen. Les décisions négatives indiquent les motifs et les voies de droit.

### **3.4 Frais d'examen**

3.41 Après avoir reçu confirmation de son admission, le candidat s'acquitte de la taxe d'examen. Les taxes pour l'établissement du brevet et pour l'inscription de son titulaire dans le registre officiel des titulaires de brevet, ainsi qu'une éventuelle contribution pour frais de matériel sont perçues séparément. Ces frais sont à la charge du candidat.

3.42 Le candidat qui, conformément au ch. 4.2, se retire dans le délai autorisé ou se retire pour des raisons valables a droit au remboursement du montant payé, déduction faite des frais occasionnés.

3.43 L'échec à l'examen ne donne droit à aucun remboursement.

3.44 Pour les candidats qui répètent l'examen, le montant de la taxe d'examen est fixé au cas par cas par la commission d'examen, compte tenu du nombre d'épreuves répétées.

3.45 Les frais de déplacement, de logement, de subsistance et d'assurance pendant la durée de l'examen sont à la charge du candidat.

## **4 ORGANISATION DE L'EXAMEN**

### **4.1 Convocation**

4.11 L'examen a lieu si, après sa publication, au moins 12 candidats remplissent les conditions d'admission.

4.12 Les candidats peuvent choisir de passer l'examen dans l'une des trois langues officielles (allemand, français ou italien).

4.13 Les candidats sont convoqués 4 semaines au moins avant le début de l'examen. La convocation comprend:

- a) le programme d'examen, avec indication du lieu, de la date, de l'heure des épreuves, ainsi que des moyens auxiliaires autorisés dont les candidats sont invités à se munir;
- b) la liste des experts.

4.14 Toute demande de récusation d'un expert doit être motivée et adressée à la commission d'examen 14 jours au moins avant le début de l'examen. La commission prend les mesures qui s'imposent.

### **4.2 Retrait**

4.21 Le candidat peut annuler son inscription jusqu'à 8 semaines avant le début de l'examen.

4.22 Passé ce délai, le retrait n'est possible que si une raison valable le justifie.

Sont notamment réputées raisons valables:

- a) la maternité;
- b) la maladie et l'accident;
- c) le décès d'un proche;
- d) le service militaire, le service de protection civile ou le service civil imprévu.

- 4.23 Le retrait doit être communiqué sans délai et par écrit à la commission d'examen, avec pièces justificatives.

#### **4.3 Non-admission et exclusion**

- 4.31 Le candidat qui, en rapport avec les conditions d'admission, donne sciemment de fausses informations ou tente de tromper la commission d'examen d'une autre manière n'est pas admis à l'examen.

- 4.32 Est exclu de l'examen quiconque:

- a) utilise des moyens auxiliaires non autorisés;
- b) enfreint gravement la discipline de l'examen;
- c) tente de tromper les experts.

- 4.33 La décision d'exclure un candidat de l'examen incombe à la commission d'examen. Le candidat a le droit de passer l'examen sous réserve, jusqu'à ce que la commission d'examen ait arrêté une décision formelle.

#### **4.4 Surveillance de l'examen et experts**

- 4.41 Au moins une personne compétente surveille l'exécution des travaux d'examen écrits et pratiques. Elle consigne ses observations par écrit.

- 4.42 Deux experts au moins évaluent les travaux d'examen écrits et pratiques, et s'entendent sur la note à attribuer.

- 4.43 Deux experts au moins procèdent aux examens oraux, prennent des notes sur l'entretien d'examen et sur le déroulement de l'examen, apprécient les prestations fournies et fixent en commun la note.

- 4.44 Les experts se refusent s'ils sont enseignants aux cours préparatoires, s'ils ont des liens de parenté avec le candidat ou s'ils sont ou ont été ses supérieurs hiérarchiques ou ses collaborateurs.

#### **4.5 Clôture et séance d'attribution des notes**

- 4.51 La commission d'examen décide de la réussite ou de l'échec des candidats lors d'une séance subséquente à l'examen. La personne représentant l'OFFT est invitée suffisamment tôt à cette séance.

- 4.52 Les experts se refusent lors de la prise de décision sur l'octroi du brevet s'ils sont enseignants aux cours préparatoires, s'ils ont des liens de parenté avec le candidat ou s'ils sont ou ont été ses supérieurs hiérarchiques ou ses collaborateurs.

## 5 EXAMEN

### 5.1 Epreuves d'examen

5.11 L'examen comporte les épreuves suivantes et sa durée se répartit comme suit:

N° de l'épreuve	Épreuve	Type de l'examen	Durée de l'examen	Pondération globale
1	Connaissances professionnelles	écrit oral	3,0 h 0,5 h	double
2	Sciences commerciales	écrit	2,0 h	simple
3	Étude de cas	écrit pratique	2,0 h 1,0 h	double
4	Entraînement	écrit oral	3,0 h 0,5 h	double
5	Offres supplémentaires	écrit	1,0 h	simple
6	Vente / suivi	écrit oral	3,0 h 0,5 h	double
	Total		16,5 h	

5.12 Chaque épreuve peut être subdivisée en points d'appréciation. La commission d'examen définit ces subdivisions.

### 5.2 Exigences posées à l'examen

5.21 Les dispositions détaillées concernant l'examen final figurent dans les directives relatives au règlement d'examen au sens du ch. 2.21, let. a.

5.22 La commission d'examen décide de l'équivalence des épreuves ou des modules effectués dans le cadre d'autres examens du degré tertiaire ainsi que de la dispense éventuelle des épreuves d'examen correspondantes du présent règlement d'examen.

5.23 Les diplômés d'un examen du degré tertiaire dans un secteur professionnel apparenté à celui d'instructeur de fitness peuvent être dispensés des matières «Théorie de l'entraînement» et/ou «Connaissances professionnelles». Les candidats doivent avoir réussi un examen du domaine de spécialisation correspondant avec une note de minimum 4 (les justificatifs officiels doivent être communiqués à l'inscription).

## 6 ÉVALUATION ET ATTRIBUTION DES NOTES

### 6.1 Dispositions générales

6.11 *Appréciation à l'aide de notes*: l'évaluation de l'examen et des épreuves d'examen est basée sur des notes. Les dispositions des ch. 6.2 et 6.3 du présent règlement d'examen sont applicables.

### 6.2 Évaluation

6.21 Une note entière ou une demi-note est attribuée pour les points d'appréciation, conformément au ch. 6.3.

6.22 La note d'une épreuve est la moyenne des notes des points d'appréciation. Elle est arrondie à la première décimale. Si le mode d'appréciation permet de déterminer directement la note d'une épreuve sans passer par les points d'appréciation, la note de l'épreuve est attribuée conformément au ch. 6.3.

6.23 La note globale de l'examen correspond à la moyenne pondérée des notes des épreuves d'examen. Elle est arrondie à la première décimale.

### **6.3 Notation**

Les prestations des candidats sont évaluées par des notes échelonnées de 6 à 1. Les notes supérieures ou égales à 4 désignent des prestations suffisantes. Hormis les demi-notes, les notes intermédiaires ne sont pas admises.

### **6.4 Conditions de réussite de l'examen et de l'octroi du brevet**

6.41 L'examen est réussi si:

- a) la note globale n'est pas inférieure à 4,0 ;
- b) deux épreuves au maximum présentent une note inférieure à 4,0 ;
- c) aucune autre note n'est inférieure à 3,0 ;

6.42 L'examen est considéré comme non réussi si le candidat:

- a) ne se désiste pas à temps;
- b) ne se présente pas à l'examen et ne donne pas de raison valable;
- c) se retire après le début de l'examen sans raison valable;
- d) est exclu de l'examen.

6.43 La commission d'examen décide de la réussite de l'examen uniquement sur la base des prestations fournies par le candidat. Le brevet fédéral est décerné aux candidats qui ont réussi l'examen.

6.44 La commission d'examen établit un certificat d'examen pour chaque candidat. Le certificat doit contenir au moins les données suivantes:

- a) les notes *ou* les appréciations des différentes épreuves d'examen et la note globale *ou* l'appréciation globale de l'examen;
- b) la mention de réussite ou d'échec;
- c) les voies de droit, si le brevet est refusé.

### **6.5 Répétition**

6.51 Le candidat qui échoue à l'examen est autorisé à le repasser à deux reprises.

6.52 Les examens répétés ne portent que sur les épreuves dans lesquelles le candidat a fourni une prestation insuffisante.

6.53 Les conditions d'inscription et d'admission au premier examen s'appliquent également aux examens répétés.

## **7 BREVET, TITRE ET PROCÉDURE**

### **7.1 Titre et publication**

7.11 Le brevet fédéral est délivré par l'OFFT à la demande de la commission d'examen et porte la signature de la direction de l'OFFT et du président de la commission d'examen.

7.12 Les titulaires du brevet sont autorisés à porter le titre protégé de:

- **Fitnessinstruktorin/Instruktor mit eidgenössischem Fachausweis**
- **Instructrice/Instructeur de fitness avec brevet fédéral**
- **Istruttrice/Istruttore con attestato professionale federale**

La traduction anglaise recommandée est Fitnessinstructor with Federal Diploma of Professional Education and Training.

7.13 Les noms des titulaires de brevet sont inscrits dans un registre tenu par l'OFFT.

## **7.2 Retrait du brevet**

7.21 L'OFFT peut retirer tout brevet obtenu de manière illicite. La poursuite pénale est réservée.

7.22 La décision de l'OFFT peut être déférée dans les 30 jours suivant sa notification au Tribunal administratif fédéral.

## **7.3 Voies de droit**

7.31 Les décisions de la commission d'examen concernant la non-admission à l'examen ou le refus du brevet peuvent faire l'objet d'un recours auprès de l'OFFT dans les 30 jours suivant leur notification. Le recours doit comporter les conclusions et les motifs du recourant.

7.32 L'OFFT statue en première instance sur les recours. Sa décision peut être déférée dans les 30 jours suivant la notification au Tribunal administratif fédéral.

## **8 COUVERTURE DES FRAIS D'EXAMEN**

8.1 Sur proposition de la commission d'examen, la FSCF fixe le montant des indemnités versées aux membres de la commission d'examen et aux experts.

8.2 La FSCF assume les frais d'examen s'ils ne sont pas couverts par la taxe d'examen, la subvention fédérale et d'autres ressources.

8.3 Conformément aux directives, la commission d'examen remet à l'OFFT un compte de résultats détaillé au terme de l'examen. Sur cette base, l'OFFT définit le montant de la subvention fédérale accordée pour l'organisation de l'examen.

## **9 DISPOSITIONS FINALES**

### **9.1 Abrogation du droit en vigueur**

Le règlement d'examen du 25 juin 1997 concernant l'examen professionnel d'instructeur / instructrice de fitness est abrogé.

### **9.2 Dispositions transitoires**

9.21 En vertu du présent règlement, le premier examen aura lieu en 2012.

Les candidats qui ont échoué à l'examen en vertu du règlement du 25 juin 1997 ont la possibilité de le répéter une première fois et, le cas échéant, une seconde fois jusqu'à la fin 2012.

### **9.3 Entrée en vigueur**

Le présent règlement d'examen entre en vigueur à la date de son approbation par l'OFFT le 1<sup>er</sup> janvier 2012.

## **10 ADOPTION DU RÈGLEMENT**

Berne, .....

**FÉDÉRATION SUISSE DES CENTRES FITNESS ET DE SANTÉ**

Claude Ammann, Président

Le présent règlement d'examen est approuvé.

Berne, le

OFFICE FÉDÉRAL DE LA FORMATION PROFESSIONNELLE ET DE LA  
TECHNOLOGIE  
La Directrice

Prof. Ursula Renold