



# Assistant·e en promotion de l'activité physique et de la santé

Par Dylan Iacovelli



Lieu d'immersion:  
Harmony Fitness



AUJOURD'HUI, JE VISITE LE CENTRE «HARMONY» DE VEYRIER AFIN D'EN APPRENDRE UN PEU PLUS SUR LA PROFESSION D'APAPS.



APAPS ? DRÔLE DE NOM !

APAPS C'EST L'ACRONYME D'ASSISTANT EN PROMOTION DE L'ACTIVITÉ PHISIQUE ET DE LA SANTÉ

C'EST UN PEU COMME DES SUPER-COACHS !

C'EST LONG !



AH OUAIS STYLE !

ON DOIT S'ADAPTER AUX CLIENTS...

UN SUPER-COACH QUI T'ACCOMPAGNE DANS TON ENTRAÎNEMENT !

CERTAINS APAPS SONT ÉGALEMENT MATTRES NAGEURS.

VOICI MAX, 20ANS QUI VA M'ACCOMPAGNER DANS CE REPORTAGE

HM, HU !

ON EST UN PEU COMME DES CAMÉLÉONS !



MOI AUSSI JE VEUX ÊTRE UN CAMÉLÉON !

SA DEMANDE BEAUCOUP D'ENTRAÎNEMENT ET D'ÉTUDES, TU SAIS !

TOUT SERAIT PLUS FACILE

JE VAIS FAIRE DE LA MUSCULA ALORS !

MMH PAS SI SIMPLE.



LES COMPÉTENCES À ACQUÉRIR POUR DEVENIR APAPS, NE SONT PAS QUE PHYSIQUES...

UN INSTANT SVP.

IL TE FAUT DES QUALITÉS SOCIALES ET PÉDAGOGIQUES, COMME LE TACT ET LE SANG FROID...

C'EST AUSSI DU CONTACT CLIENT ET DE L'ADMINISTRATIF.



POUR ME METTRE DANS L'AMBIANCE, MAX M'A PROPOSÉ UNE SIMULATION DE DEBUT DE PROGRAMME.

EST-CE QUE TU AS DÉJÀ FAIT DU FITNESS ?

ÇA VA ME PERMETTRE DE DÉTERMINER UN ENTRAÎNEMENT ADEQUAT QUI TE CONVIENTRA !

JE VAIS TE POSER DES QUESTIONS SUR TON MÉTAT PHYSIQUE ET TES OBJECTIFS...

OUI.

POUR TOI, TU EN FERAIS COMBIEN DE JOURS PAR SEMAINES ?

2 ou 3 fois.

POURQUOI CE GENRE DE QUESTIONS ?

ET SI... OOO

MH

ENSUITE, IL M'A FAIT ESSAYER QUELQUES MACHINES...

QUEL GENRE?

CARDIO ET MUSCU



ON A PAS MAL DISCUTÉ DURANT LA SESSION, NOTAMMENT À PROPOS DE L'AMBIANCE DANS LA SALLE AVEC LES CLIENTS



IL M'A AUSSI EXPLIQUÉ COMMENT ILS GÈRENT LES PROGRAMMES.

ILS UTILISENT DEUX LOGICIELS: UN POUR LA GESTION DES CLIENTS ET UN AUTRE POUR GÉRER LES PROGRAMMES SPORTIFS.



ATTENDS UNE MINUTE! C'EST BON LÀ? T'AS QUAND MÊME PAS MAIGRI?

CE N'ÉTAIT QU'UN ÉCHANTILLON! IL EN FAUT PLUS POUR AVOIR DE VRAIS RÉSULTATS.



C'EST PAS EN UNE PETITE HEURE D'EXERCICES QU'ON ATTEINT SES OBJECTIFS.

HUM HU...



IL FAUT AUSSI SAVOIR GÉRER SA NUTRITION ET AVOIR UN ENTRAÎNEMENT RÉGULIER...

SEULS LES PLUS MOTIVÉS Y PARVIENNENT

NOUS ON PEUT PAS OBLIGER LES GENS À VENIR TOUT DÉPEND DE LA VOLONTÉ DE CHACUN!



OK JE VOIS.

ET LA FORMATION SE PASSE COMMENT?



C'EST UN CFC SUR 3 ANS AVEC 2 JOURS DE COURS THÉORIQUES ...

ET IL EXISTE UN BREVET FÉDÉRAL EN 2 ANS.

IL Y A AUSSI DES COURS POUR SE SPÉCIALISER EN MAÎTRE NAGEUR.



ET APRÈS QU'EST-CE QUE T'AS FAIT?

À LA FIN DE LA JOURNÉE J'AI ASSISTÉ AU COURS DE MAX.

RACONTE!



ALLEZ VIENS MON COURS VA COMMENCER!

J'ARRIVE.



